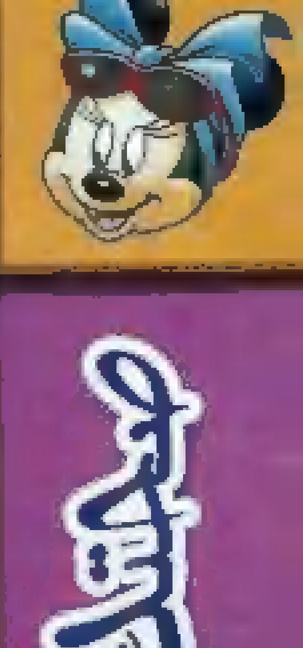


ماهي اللياقة؟! • البنات في منافسة حامية!

صحتك في كوب الشاي! • تيتة بطلة وسر لآليء الحكمة!

ميني

٥٤
السنة الخامسة
العدد الرابع والخمسون
Minnie Magazine
Al-Qabas publication
Issue No.54

ميكي

الكويت :١ دينار ، السعودية: ١٠ريالات ، الامارات:
١٠دراهم ، البحرين: ١دينار ، سلطنة عمان :١دينار ،
قطر :١٠ريالات ، لبنان :٤٠٠٠ليرة ، الاردن :١،٢دينار

استمتع بقراءة أكثر من 140 صفحة
من المغامرات، الطرائف والتسالي
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1
4
5
6
مجلة
أجازة مع ميكي
واحصل على صورة جميلة عن طريق وضع أعداد
مجلة أجازة مع ميكي بجانب بعضها على رف المكتبة

صديقاتي العزيزات ،،،

ها قد أوشكت رحلة عامكن الدراسي على نهايتها.
وما أجمل الفوز بعد العناء وما أطيب الراحة بعد المجهود.
فماذا أعددتن لتلك العطلة القادمة؟ وما هي مشاريعكن المقترحة لها؟
أرجو أن تكون على مستوى ما تحلمن به من المتعة والفائدة، وعلى منوال ماترجون من الترويح والتسلية.

مع محبتي **ميني**

مجلة شهرية تنشرها دار القبس للصحافة والطباعة والنشر بترخيص من شركة الإنشاءات والتجارة (قسم السلع الإستهلاكية)، جدة، المرخصة من شركة والت ديزني

الكويت ص.ب ٢١٨٠٠ الصفاة - رمز بريدي ١٣٠٩٨
هاتف: ٤٨١٤٨٢٢ والفاكس: ٤٨١٢٧٢٨

E-mail: manal@alqabas.com.kw

الناشر: شركة دار القبس
التحرير: منال البهنساوي

للاشتراك الرجاء الاتصال على وكلاء التوزيع أو الخط الساخن :
(٩٦٥)٨٠٧٤١١

الكويت: شركة المجموعة الكويتية للنشر والتوزيع
هاتف: ٢٤١٧٨١٠/١/٢
فاكس: ٢٤١٧٨٠٩

السعودية: الشركة السعودية للتوزيع، هاتف: ٦٥٣٠٩٠٩ (٢)
الهاتف المجاني
(800244007G)
فاكس: ٦٥١٤٥٠٠ (٢)
www.saudi-distribution.com
البريد الالكتروني (E.Mail)
info@saudi-distribution.com
البريد الالكتروني (E.Mail)
-ers@saudi-distribution.com
ord

الإمارات: الشركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع
هاتف: ٣٩١٩٥١١/٢/٣ (٠٤)
فاكس: ٣٩١٨٣٥٤/٥/٦ (٠٤)

البحرين: مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف، هاتف: ٢٩٤٠٠٠
فاكس: ٢٩٠٥٨٠

قطر: دار الثقافة والطباعة والصحافة والنشر والتوزيع
هاتف: ٦٢٢١٨٢ - فاكس: ٦٢١٨٠٠

عمان: المتحدة لخدمة وسائل الإعلام،
هاتف: ٧٠٠٨٩٥
فاكس: ٧٠٦٥١٢

سوريا: المؤسسة العربية السورية لتوزيع المطبوعات
هاتف: ٢١٢٧٧٩٧(١١)
فاكس: ٢١٢٢٥٣٢(١١)

الأردن: شركة أرامكس للنقل الدولي السريع
هاتف: ٥٣٥٨٨٥٥(٦)
فاكس: ٥٣٣٧٧٣٣(٦)

لبنان: الشركة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات
هاتف: ٣٦٨٠٠٧(١)
فاكس: ٣٦٦٦٨٣(١)

طبعت بمطابع القبس
دولة الكويت

I.M.45

الفوز أصبح صعباً! أنتن ماهرات!

شكراً يا «دوخة»! أنت أيضاً ممتازة!

مخرج

سآخذ حماماً ثم أدعو الجميع للآيس كريم!

الجميع؟

هل ضاعفوا مصروفك؟

23 22 21

نادي

وبعد الذهاب للكافتريا...

إنها تثق بي! أنا ناضجة الآن!

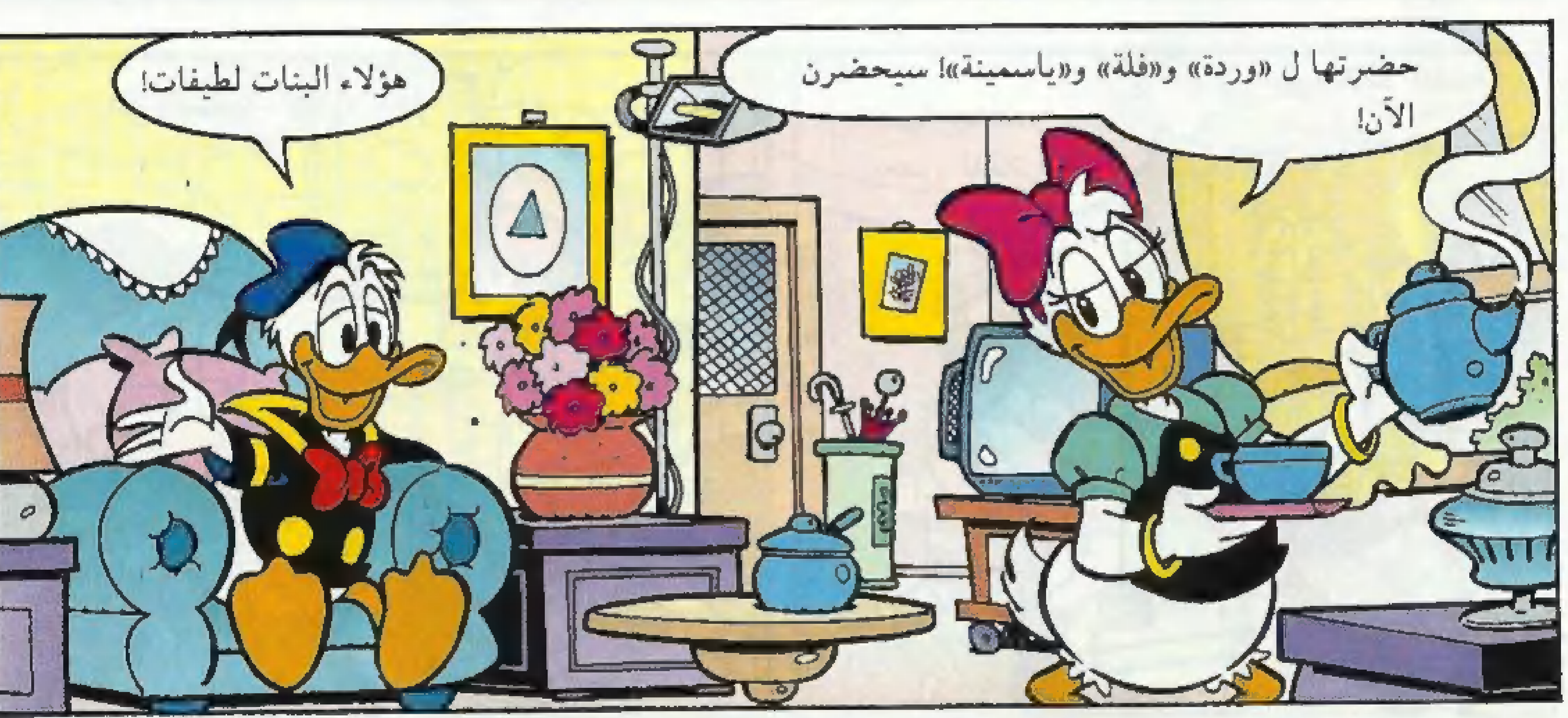
أم رائعة!

شكراً لك يا «دوخة»!

لقد استفدنا منك!

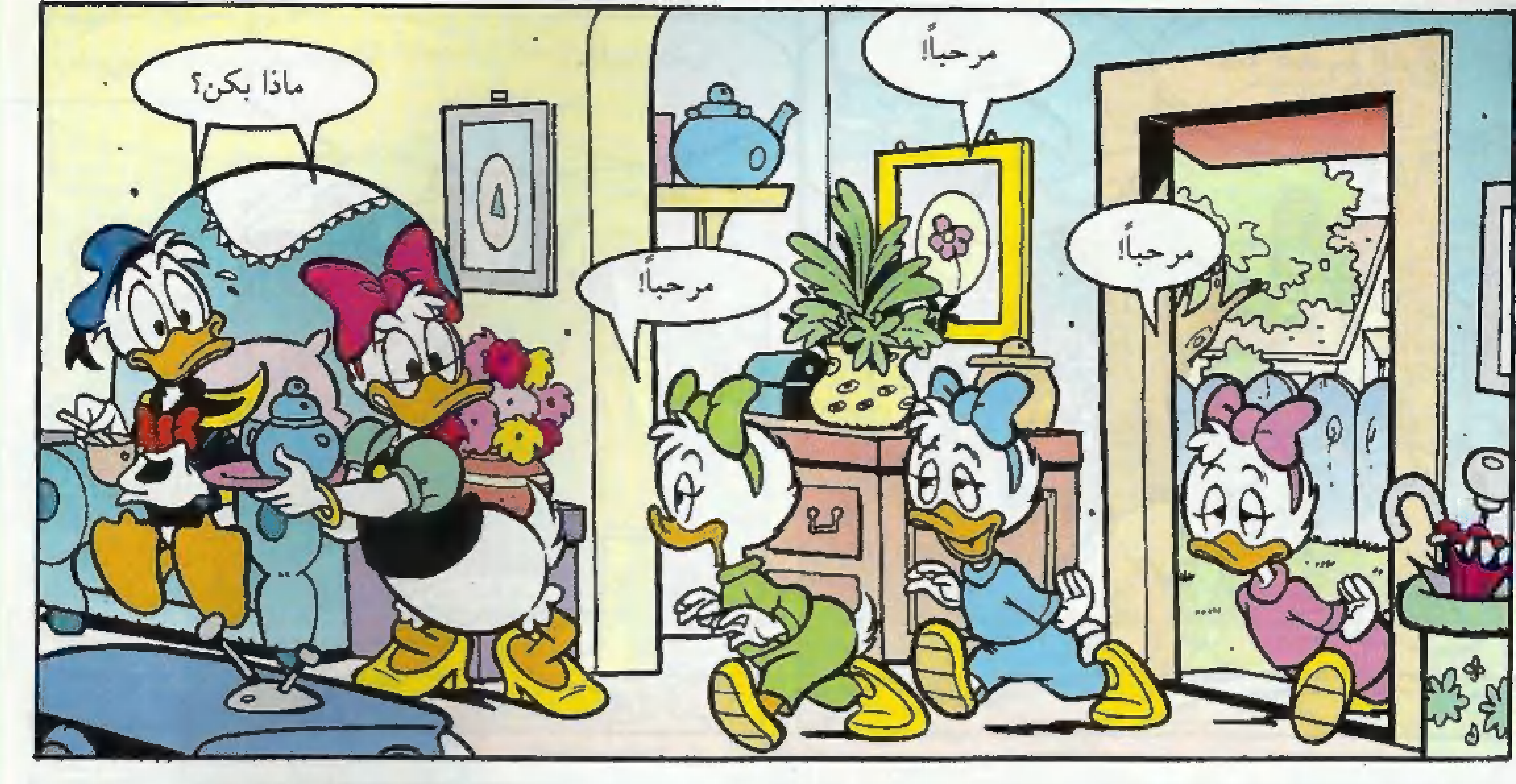
آيس كريم توتو

وفي منزل «بطوط»...
همف! أنا متعب! لمعت كل قروش عم «دهب»!
لا أريد سماع شيء عن العمل لمدة شهر!
قطعة كعك مع الشاي ستجعلك أفضل!


حضرتها ل «وردة» و«فلة» و«ياسمينة»! سيحضرن الآن!
هؤلاء البنات لطيفات!

نعم! أنا فخورة بهن! نشيطات ومليئات بالحيوية!
لا يصعدن الأشجار أو يكسرن الزجاج أو...

مثل «كركور» و«فرفور» و«زرزور»؟ إنهم صغار!
أنت محظوظة!


مرحباً!
مرحباً!
مرحباً!
ماذا بكن؟

ربما مللن اللطافة!
أرجو ذلك!

عمتي! نريد شراء بعض الدفاتر!
لدي بعض القطع النقدية الصغيرة!

أوف! قطع نقدية صغيرة!
كما قلت!

انتظري! سأرى ما بهن!
حسناً!

وبعد حوار مع العم «بطوط»...
لو أن الأمر هو بطاقة مصرفية!
هل هذا كثير؟
إنهم يعاملوننا كأطفال! ألا توافق!
رياضة

أخبرني أنت في صف من؟

أنت تتحدث عن بطاقتي المصرفية!
لا!

نحن نتحدث عن مصلحتهن!
ماذا؟

يجب أن تبدئي برنامجاً لنحملهن المسؤولية! الآن البطاقة ثم مفاتيح البيت...
ولكن البطاقة...

إنهن يستحققن ثقتك! أشعريهن أنهن بالغات! أنت قلت إنهن عاقلات!
أعرف! هيء!

ربما معك حق! البطاقة والمفاتيح! إنهن يكبرن بسرعة!

وهكذا...
عمتي هل أنت متأكدة من...
نعم! اشترين أغراضكن ولكن اقتصدن!
هل رأيت سعادتهن!

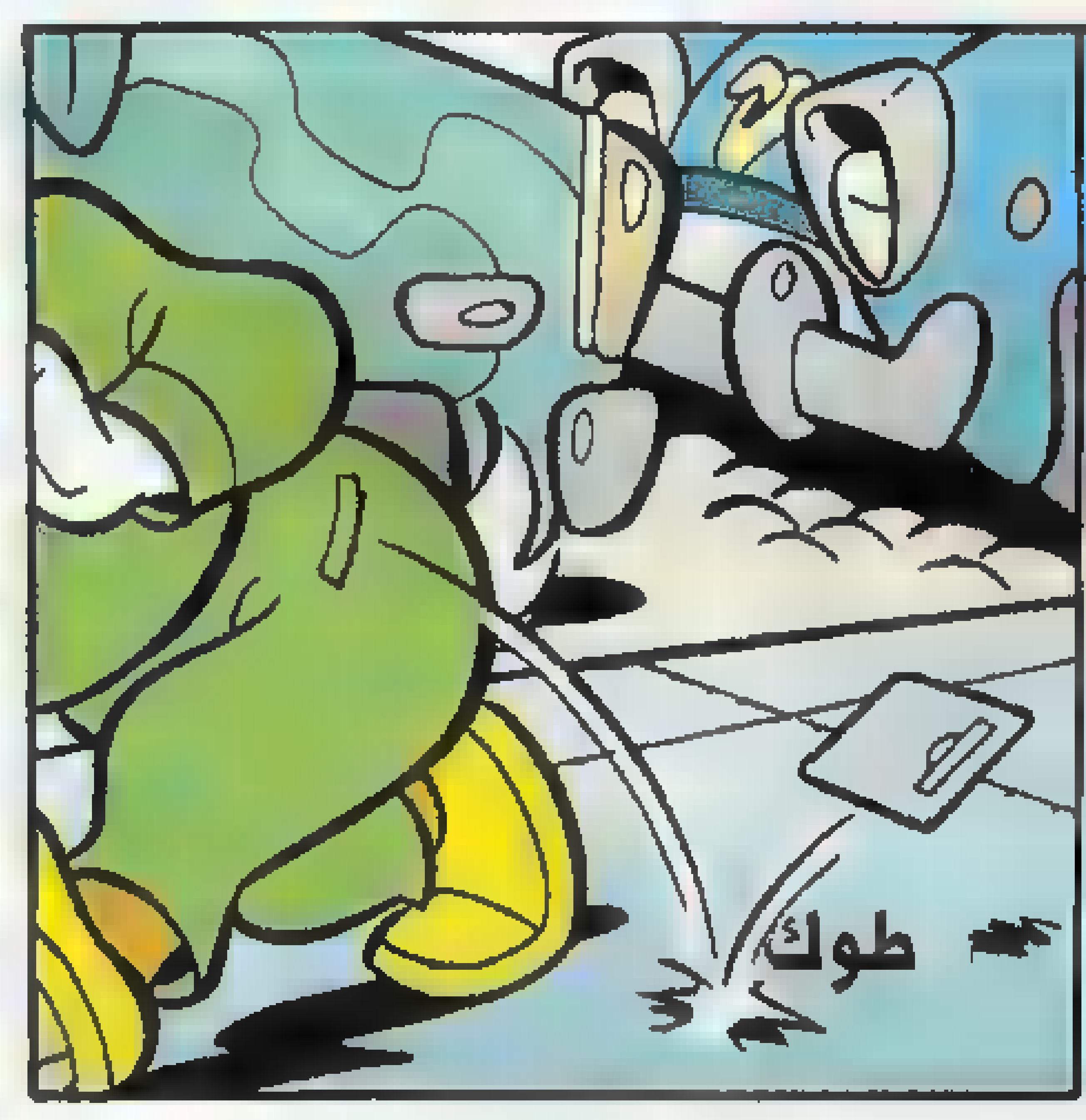
أين بطاقتك؟
أنا دائماً أشتري على الحساب حتى بدون بطاقة!

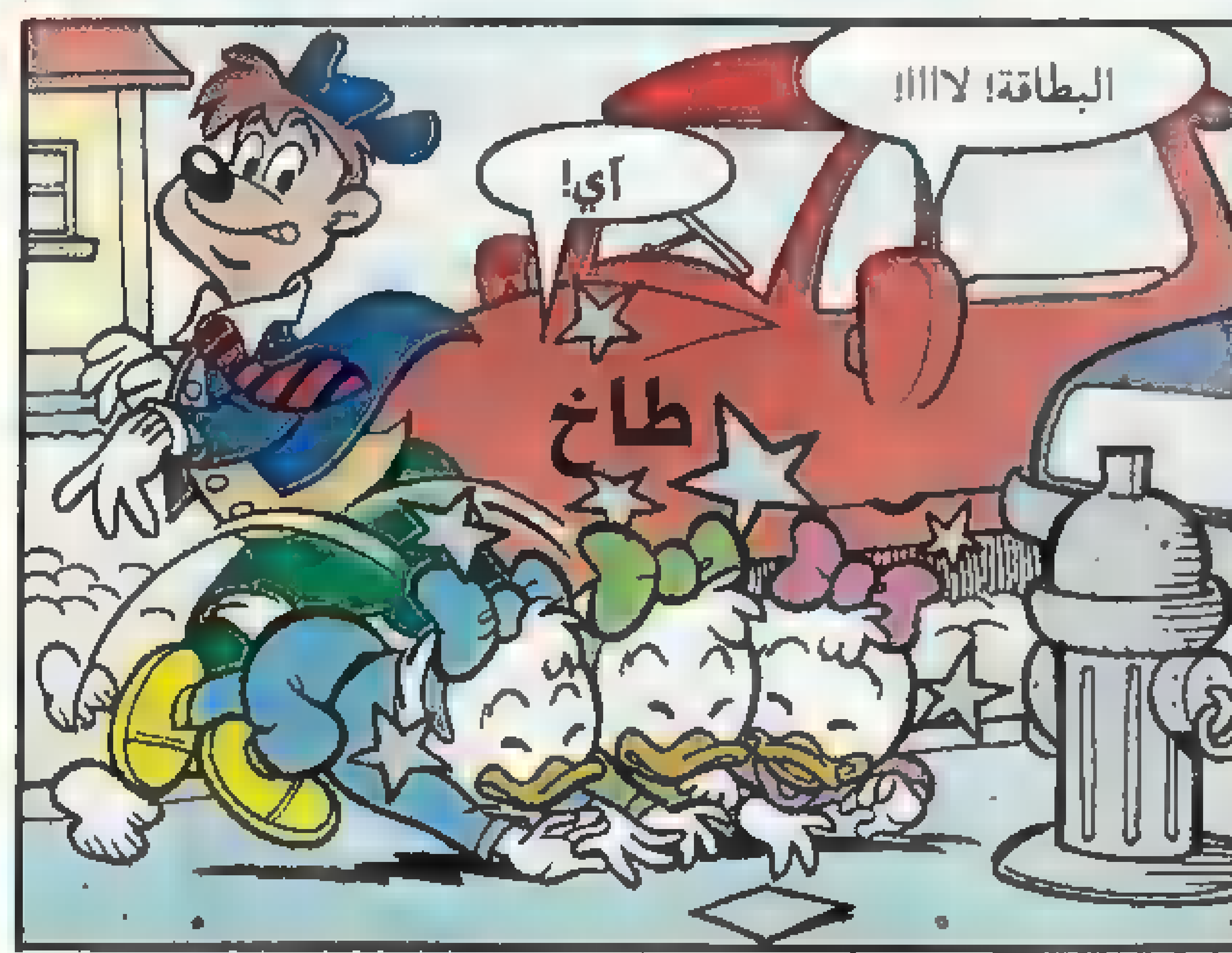
أنا قلقلة!
اهدئي! سينفقن بعض الدراهم فقط!

لا أستطيع! سأتبعهن!

والبطات الصغيرات...
اهدئي يا «فلة»! لا تبقي يدك في جيبك!
أخاف أن تنزلق من جيبي!

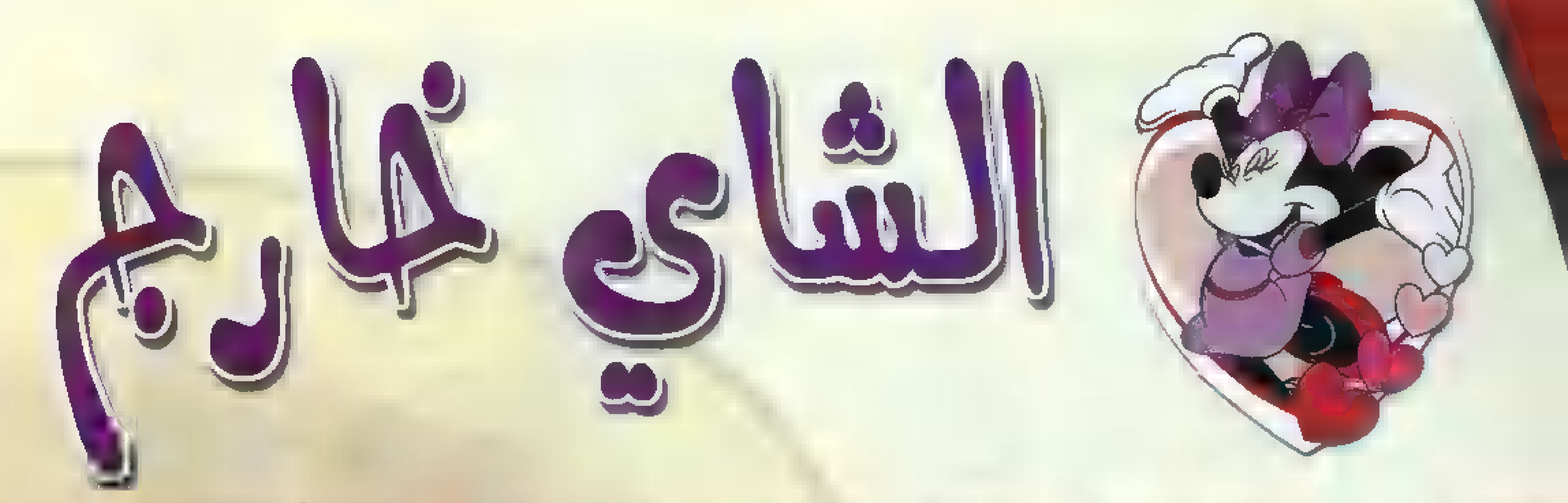
أبقين مناقيركن عالية!


طوك


البطاقة! لا!!!!
آي!
طاخ

أعطها لي! أنت غير مسؤولة!
عمتي «بطوطة» أعطتها لي! سأكون حذرة!
ولماذا ليس أنا؟

يتبع في الصفحة ١٦



الشاي ينزع عنا الإحساس بالكسل والخمول، وفي الماضي ساد الاعتقاد بأن الشاي مشروب مضر بالصحة، ولكن العلماء اكتشفوا مؤخرا أن له فوائد كثيرة للصحة، أهمها أنه يحتوي على العديد من الفيتامينات ويقي من الإصابة بأمراض السرطان والقلب.

صحتك في كوب شاي

ليس صحيحاً أن الشعوب العربية هي أكثر الشعوب اعتياداً على تناول الشاي، فقد ثبت أن مشروب الشاي هو أكثر المشروبات تداولاً بين الناس في مختلف أنحاء العالم، ففي بريطانيا على سبيل المثال يحتل الشاي نسبة ٤٠٪ من المشروبات المنتشرة، حيث يستمتع ما يزيد على ٦٨٪ من السكان بتناول الشاي يومياً.

كما يقبل اليابانيون والصينيون على تناول الشاي بكثرة لأسباب عديدة أهمها فوائده المتعددة للصحة، فتناول الشاي بدون الحليب أو السكر لا يزود الجسم بأي سعرات حرارية.

يؤكد الأطباء أنه يحتوي على عدد من الفيتامينات المهمة مثل فيتامين K , E , C , B6 , B2 , B , A, كما يحتوي أيضاً على حمض الفوليك، وبعض المعادن مثل الماغنسيوم والبوتاسيوم والزنك.

الشاي الأحمر والأخضر

طبقاً للأبحاث فإن الشاي الأحمر والأخضر لهما الفوائد الصحية نفسها، وكلاهما يحتويان على الكمية من الفيتامينات والمعادن نفسها.

ويحتوي الشاي على مواد مضادة للتأكسد، وعلى مواد تساعد على إصلاح العطب الذي يصيب الخلايا، والذي تسببه الجزيئات الحرة الموجودة في الطعام والهواء، والمرتبطة ببعض الأمراض مثل مرضى القلب والسرطان. كما اكتشفت الأبحاث أن المواد المقاومة للتأكسد في الشاي تساعد على تقليل الاصابة ببعض الأنواع من مرض السرطان وبشكل خاص سرطان البنكرياس.

وأظهرت إحدى الدراسات أن الأشخاص الذين يتناولون فنجاناً واحداً أو أكثر من الشاي يومياً، يقل خطر إصابتهم بالنوبة القلبية بنسبة ٥٠٪ من الأشخاص الذين لا يتناولون الشاي على الإطلاق، كما توجد بعض الأدلة التي تبرهن أن الأشخاص الذين يشربون الشاي بكثرة هم أقل عرضة للمعاناة من ضغط الدم المرتفع، وارتفاع نسبة الكوليسترول أو السكتة الدماغية.

مشكلة الكافيين

من المعروف أن الشاي الأحمر يحتوي على «الكافيين» وأن تناوله بكمية كبيرة يؤذي صحتنا، ويسبب الأرق والقلق والارتعاش وسرعة ضربات القلب. ومع ذلك فإن من يشرب القهوة بكثرة يعاني خطر «الكافيين» بشكل أكبر؛ لأن نسبة «الكافيين» في الشاي أقل منها بكثير في القهوة. وللتغلب على هذه المشكلة يمكن تناول الشاي الأخضر بدلاً من الأحمر لأنه يحتوي على نسبة أقل من «الكافيين»، بل إن هناك أنواعاً من الشاي خالية من «الكافيين» تماماً. ولا تعد عملية نزع «الكافيين» مأمونة، فهي لا تزيل كل النسبة، بل إن بعض طرق النزع تترك آثاراً كيميائية خلفها.

شاي الأعشاب والتوابل

هو شاي خال تماماً من «الكافيين»، ويفيد الجسم لأنه يزوده بفوائد الفواكه والأعشاب، كما أنه يساعد على الهضم والنوم بعمق، ويخفف من حدة الصداع ويحسن الذاكرة.

ويعتبر شاي النعناع والبابونج من أكثر أنواع شاي الأعشاب التي تساعد على الهضم والاسترخاء وتشجع على النوم، كما يعتبر شاي «القراص» (نبات ذو وبر شائك) منشطاً جيداً ومضاداً للحساسية.

أما شاي «الروزماري» (إكليل الجبل) فهو يرفع ضغط الدم المنخفض ويحسن القدرة على التركيز.

يوصي الأطباء بتناول الشاي الذي يحتوي على الزيوت الأساسية، ويقترحون شاي النعناع لمعالجة الانتفاخ، وشاي البرتقال للمساعدة على النوم في راحة واسترخاء.

نصائح مفيدة

١ - لتناول الشاي بالحليب، يُنصح بوضع الحليب أولاً، لأن وضع الشاي قبل الحليب يمنع الجسم من الاستفادة من الدهون الموجودة في الحليب واللازمة لصحة العظام.

٢ - يفضل استخدام ماء جديد لم يسبق غليه، لأن الماء المغلي بكثرة يقلل نسبة الأكسجين في الماء، فيفسد طعم الشاي اللذيذ.

٣ - استخدام أكياس الشاي من نوع جيد محفوظ في درجة حرارة الغرفة، ويكفي كيس واحد لكل كوب أو ملعقة صغيرة.

اللياقة

اللياقة هي مراعاة مشاعر الآخرين، والمحافظة على أحاسيسهم عند معاملتهم، خاصة أثناء المناقشة، لذا يجب استخدام كلمات التقدير المنصف والثناء الحق والتشجيع المناسب، مع تجنب المبالغة في الوصف.

إن اللياقة هي إحدى القواعد الذهبية للتعامل مع الناس، فهي تزوّد شخصية صاحبها بجاذبية وثقة بالنفس، كما أنها أسرع طريق إلى قلوب الناس، وفيما يلي بعض القواعد لاكتساب اللياقة:

التفكير قبل الكلام

هذه هي الطريقة المثلى لاكتساب صفة اللياقة، فأحيانا نتعرض لمواقف معينة يوشك المرء فيها أن يفقد أعصابه وأن يحتد، ومن ثم يتفوه ببعض الكلمات الغاضبة التي قد تمثل إساءة للشخص الآخر، ويدل هذا على نقص السيطرة على النفس، وضعف الشخصية، ولهذا تذكري دائماً أنه مهما كان الموقف الذي تتعرضين له، يجب ألا تتكلمي إلا بعد التفكير فيما ستقولينه، وتأكدي أنه لن يسبب أي حرج أو ارتباك للطرف الآخر.

عدم السخرية من الآخرين

يحاول بعض الأشخاص السخرية من الآخرين، كمحاولة للظهور بمظهر «الحكيم» الذي يعرف كل شيء. إن محاولة النيل من أفكار الآخرين أو التقليل من أهميتها أو نقدها بقسوة دون مبرر أو دليل يتنافى مع اللياقة، بل يجعل الشخص الساخر مكروها وفاشلا اجتماعيا إذ لا يحب الآخرون اكتساب صداقته أو دعوته إلى مجتمعاتهم، ومن ثم يصبح وحيدا ومنفردا.

التأثير في الآخرين

تصرفي دائماً بما يدخل على الآخرين الاطمئنان والرضا والسرور، مما يكسبك صفة اللياقة، كذلك كوني حريصة على مجاملة الآخرين في فرحهم وحزنهم. ومهما صادفك من مواقف صعبة ومثيرة لغضبك، فدرّبي نفسك على السيطرة على أعصابك وكبح جماح نفسك، ولا تجعلي لسانك يخونك أبداً فإن القدرة على الحديث بغير مراعاة اللياقة تفقد قيمتها، وثقي أنك كلما نجحت في السيطرة على أعصابك فإنك ستكتسبين لياقة تزيد من قوة تأثيرك في الناس واكتساب محبتهم.

ورشة ميني

من أجل توازن الصحن لدى حمله مع أدواته في يد واحدة وزيادة في أناقة شكله على المائدة، يمكنك أن تخصص أحد مناديل المائدة لحمل الشوكة والسكين معاً في أناقة وجمال...

المواد اللازمة:

- منديل مائدة
- شريط مناسب للون المنديل
- صحن
- شوكة
- سكين

طريقة العمل:

- اطوي منديل المائدة عدة طويات ليكون مربع الشكل ويتناسب مع حجم الصحن.
- اطوي ربعي «المنديل» المتقابلين بعد أن تضعي الشوكة والسكين منتصفها. ثم من طرف الطوي كرري طيها ثانية لتكون الحافتان باتجاه الداخل وبذلك يتشكل مثلثان صغيران في زوايا المنديل.
- اجعلي الحافتين المطويتين إحداهما تغطي الأخرى حتى تختفي الشوكة والسكين تماماً.
- اربطي هذه اللفة التي تحتوي على فوطة الطعام مع الشوكة والسكين بشريط جميل ومناسب ثم ضعيها وسط الصحن على المائدة.

1

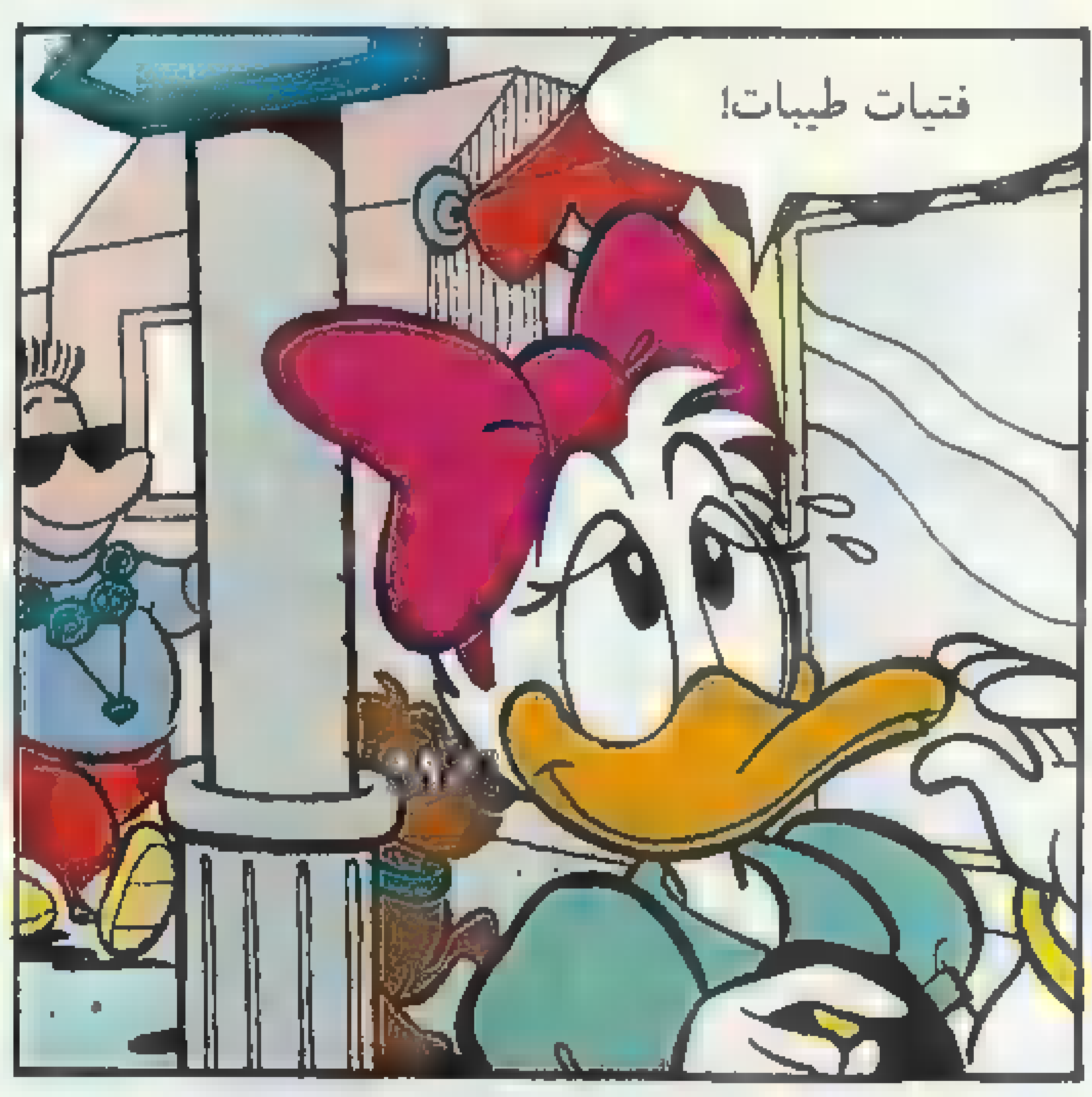
2

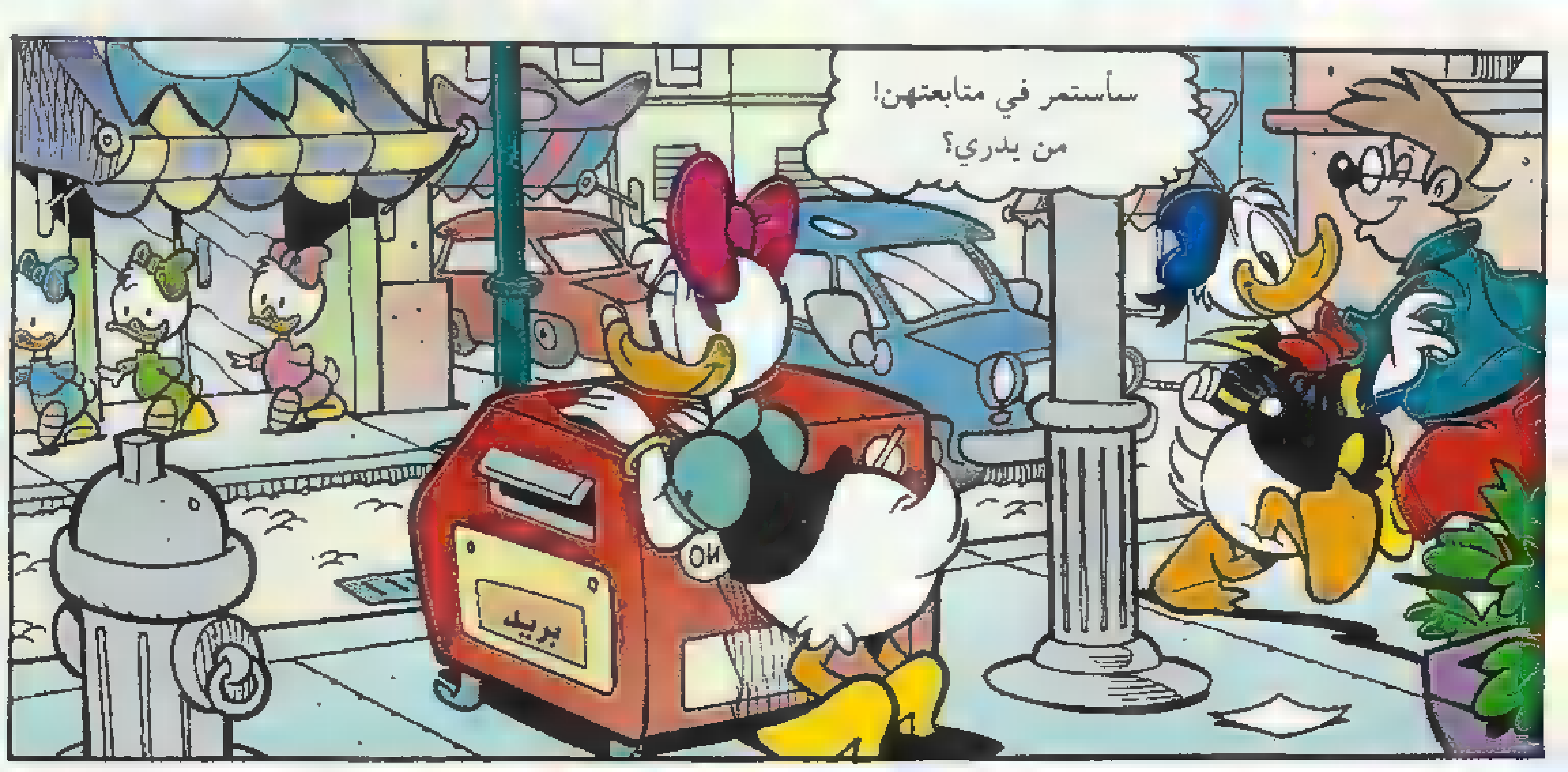
3

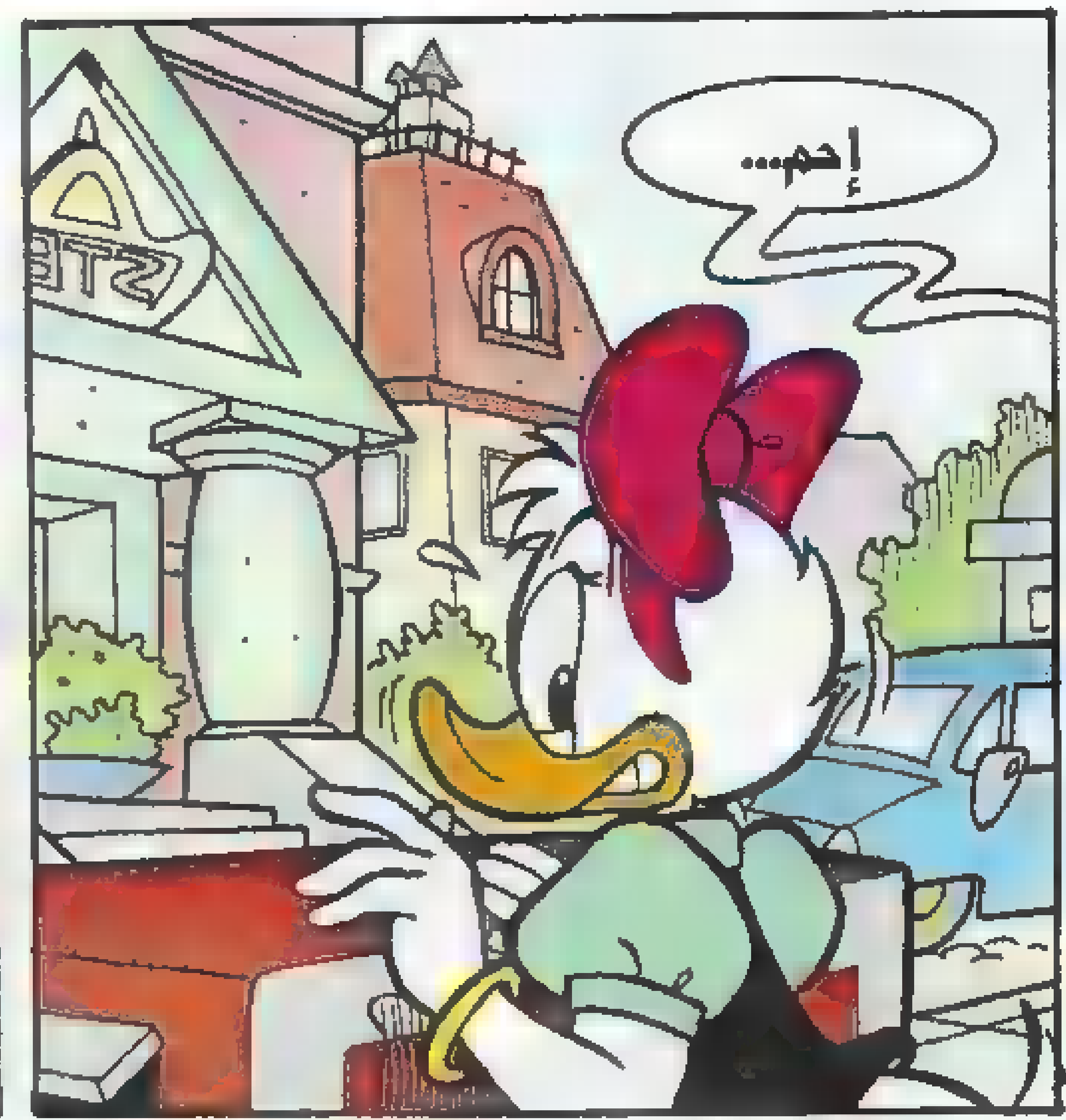
تنبيه: تنفيذ هذه الخطوات يجب أن يكون تحت إشراف الكبار ورقابتهم

ها هن! لا يحملن شيئاً ولكن من الأفضل متابعتهن!
ألعاب
نادي

من فضلك! بكم اشترت الفتيات منك؟
١٨ درهماً!


فتيات طيبات!

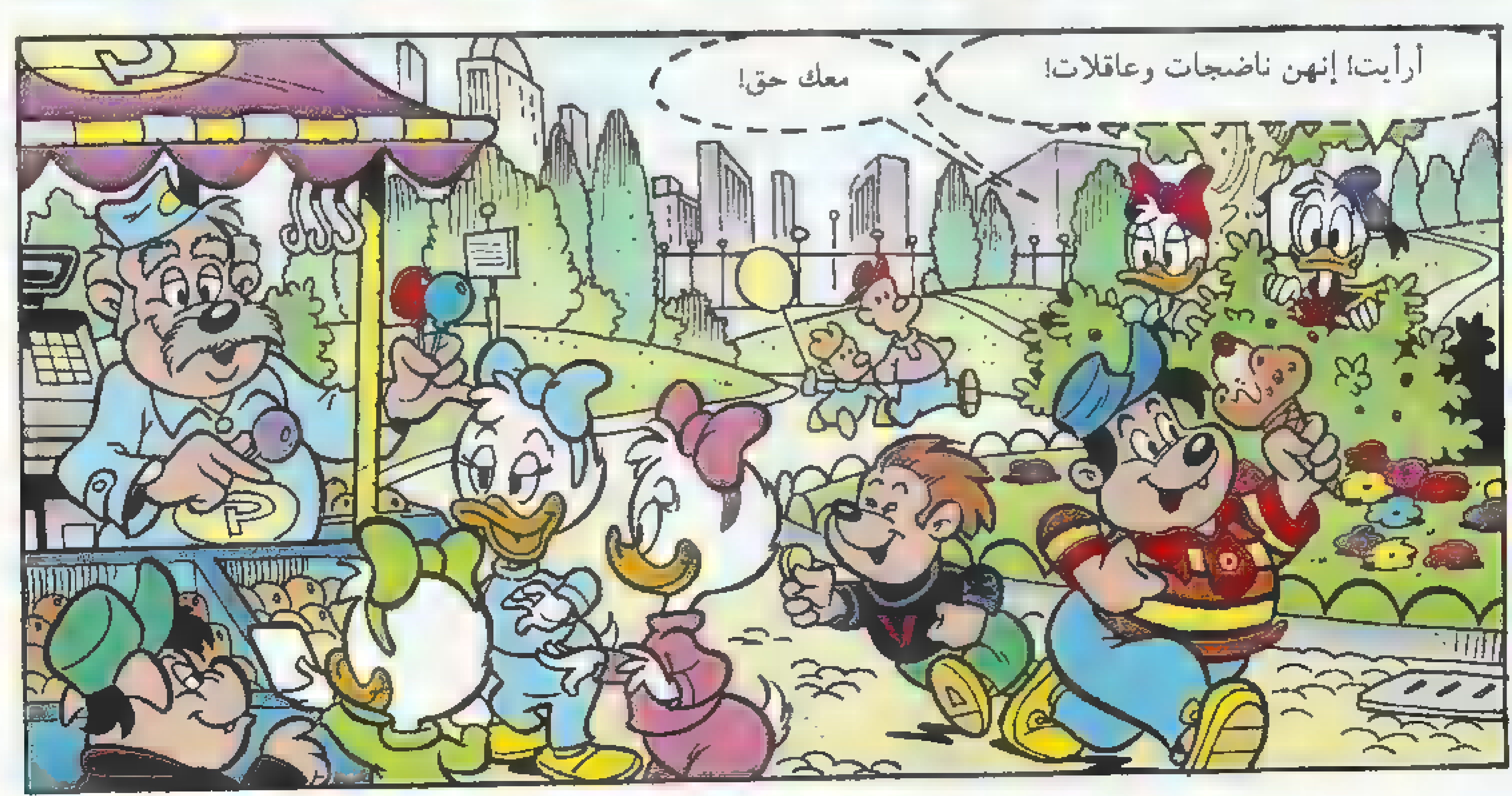

سأستمر في متابعتهن! من يدري؟
بريد

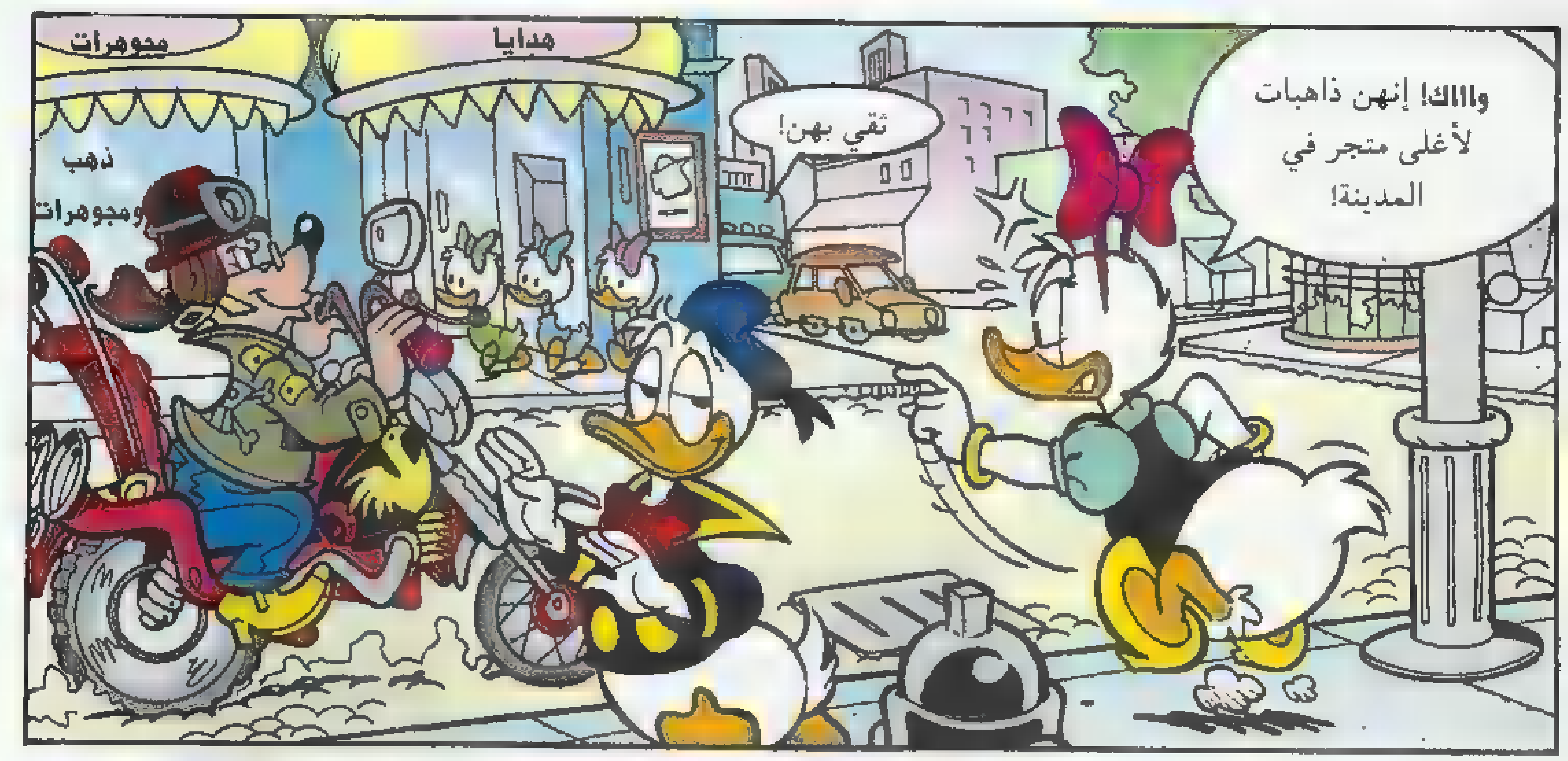

إحم...

هل هكذا تثقين بهن؟
«بطوط»؟

يجب أن تخجلي من نفسك!
معك حق! ولكن...

تعالي! أراهن أنهن ذهبن لشراء الآيس كريم!
حسناً! حسناً!


أرأيت! إنهن ناضجات وعاقلات!
معك حق!



مجوهرات
هدايا
ذهب
ومجوهرات
واااك! إنهن ذاهبات لأغلى متجر في المدينة!
ثقي بهن!

أرأيت؟ ثلاثة أطواق شعر فقط؟

هل رضيت؟
معك حق! يجب أن أثق بهن!

سأعود للمنزل! شكراً!
في خدمتك دائماً!

ربما لم أدرك أنهن يكبرن بسرعة!

في نفس الوقت...

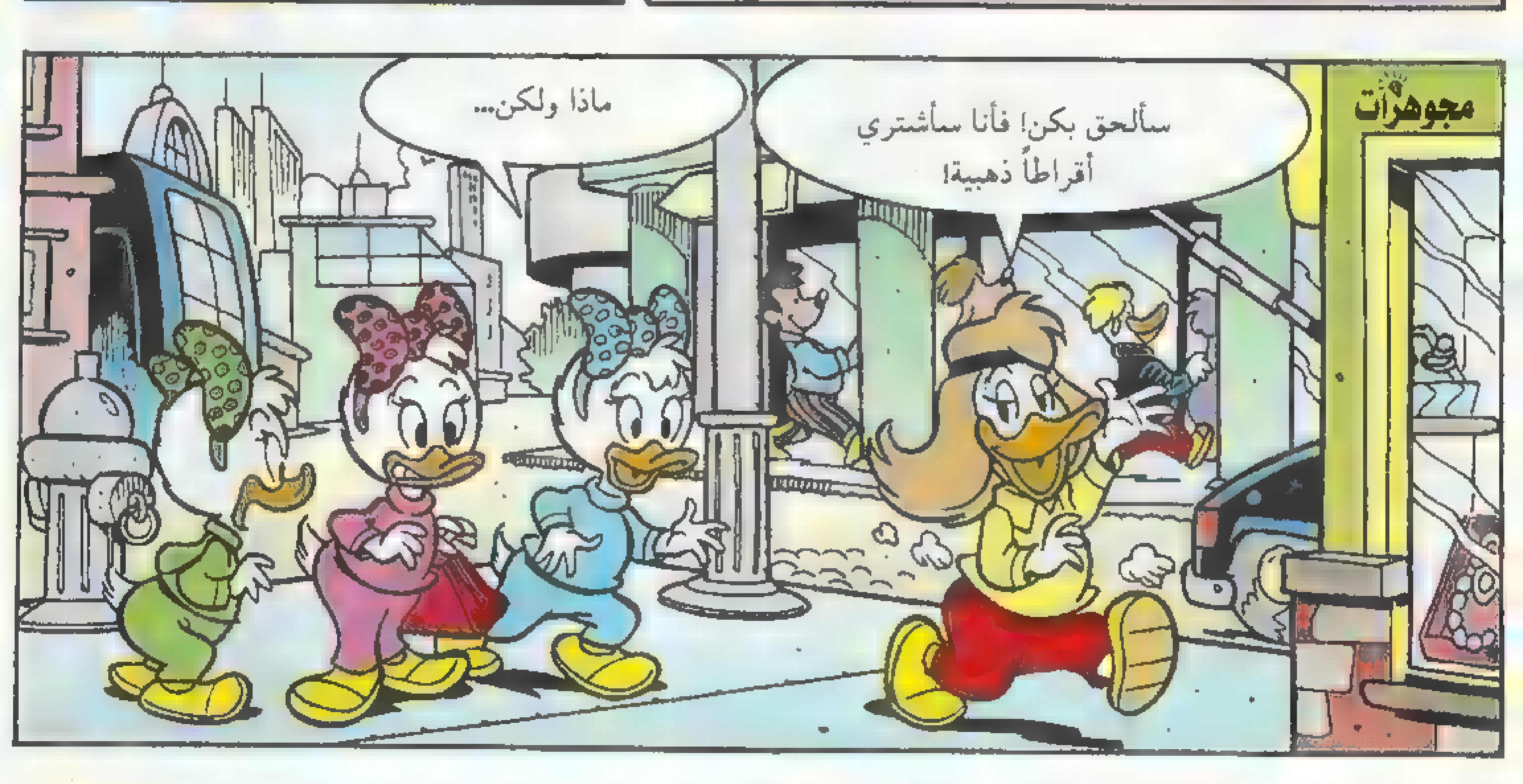
كم أنفقنا حتى الآن؟

٣٠ درهماً!

أعتقد أن هذا كاف! لقد أشبعنا رغبتنا بالشراء!

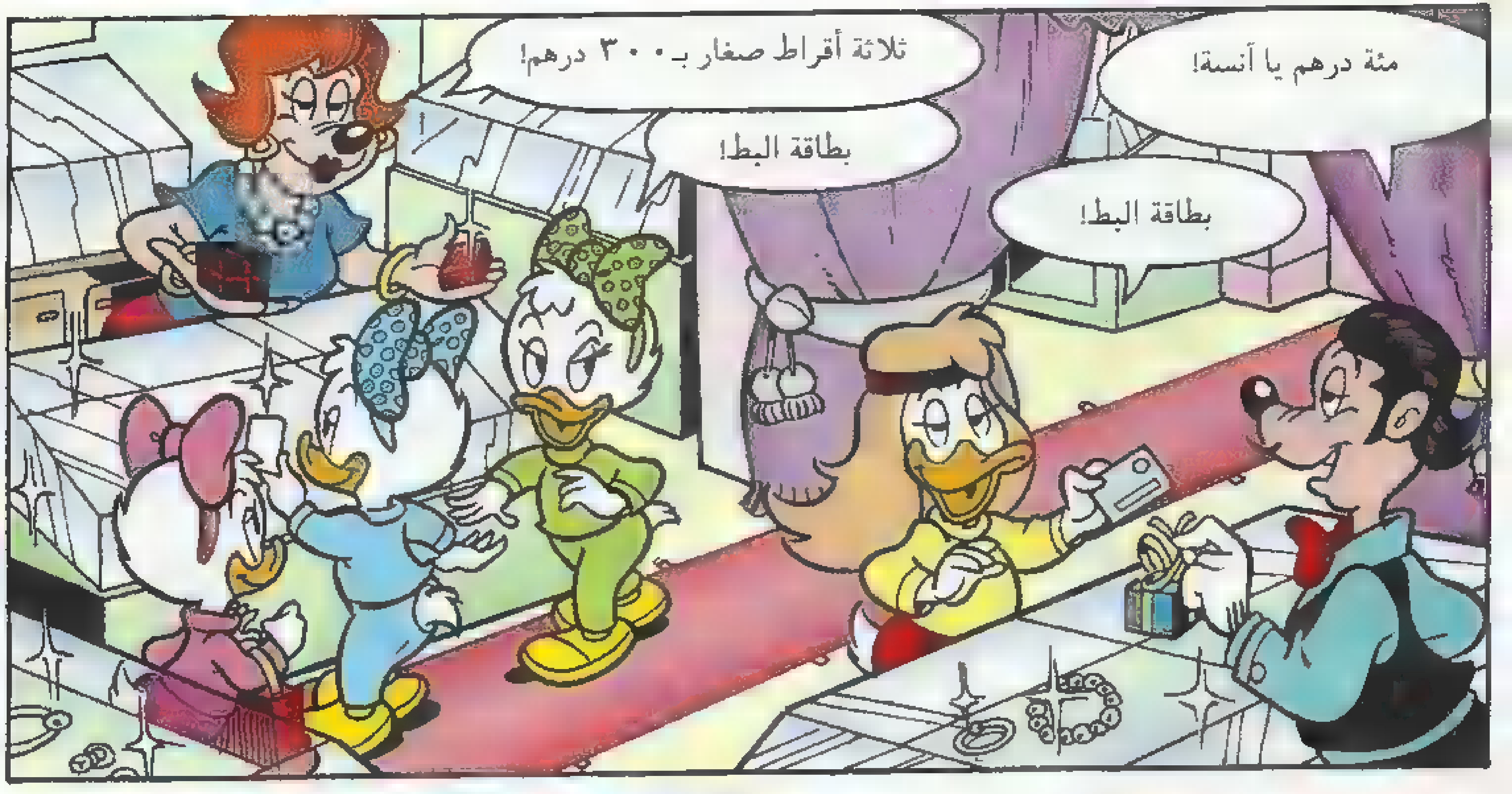
نعم! اشترينا أقلاماً ودفاتر و...
وأطواق شعر!

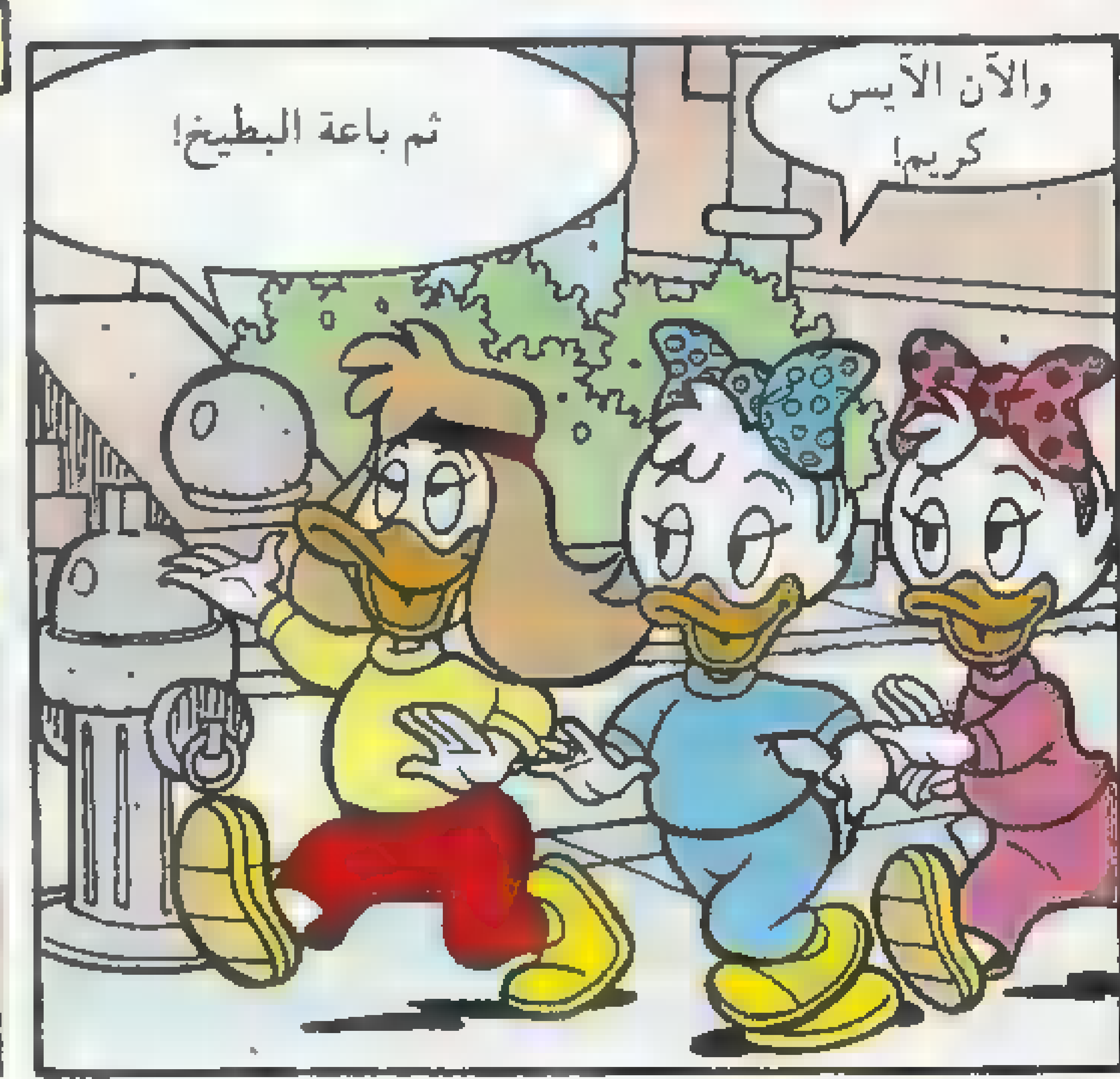
تافهات! يردن تقليدي فقط!


مجوهرات
سألحق بكن! فأنا سأشتري أقراطاً ذهبية!
ماذا ولكن...

جررر! نحن اشترينا حلويات وأقلاماً!
وهي تشتري أقراطاً! تريد أن تثبت أنها أنضج منا!

يا أخواتي! نحن نحتاج لأقراط ذهبية!


مئة درهم يا آنسة!
بطاقة البط!
ثلاثة أقراط صغار بـ ٣٠٠ درهم!
بطاقة البط!


والآن الآيس كريم!
ثم باعة البطيخ!

و...
أكبر حجم للجميع!
جيد!

سأدعو جميع الموظفين أيضاً!
هه؟ شكراً!
قائمة

شكراً لدعوتكن لي للآيس كريم ببطاقتكن الصغيرة!
وجبات

ولكن انتبهن ألا تتجاوزن الحدود!
يمكننا الإنفاق كيفما نريد!

وأنا أيضاً لو أردت!
حقاً؟ هيا أرينا!

وابتدأت المنافسة الحقيقية...
بطيخ للجميع! وأنا سأدفع!
جوز هند وأناناس لكل واحدة!
حالاً!
٥ دراهم
٧ دراهم
٨ دراهم

حبوب لجميع طيور مدينة البط!
حبوب!

حرر كل الطيور! سأدفع ثمنها ببطاقتي!

لقد أكلت كثيراً!
كثيراً من الآيس كريم وكثيراً من الفاكهة!
آه! بطني تؤلمني!
آخ! استسلمت! لقد ربحتن!
قمامة
حافظوا على النظافة!

ستغضب أمي على إنفاقي كل هذا المال!
هيييه! أخيراً اعترفت أنها ليست حرة تماماً!

لا ينبغي أن نضحك! نحن أيضاً في ورطة!
لقد خنّا ثقة عمتنا!

لنذهب! لنستجمع شجاعتنا و...
ندفع ثمن أخطائنا!

أعتقد أن مصروفنا سيتوقف لمدة عام!
وداعاً للبيتزا والآيس كريم مع صديقاتنا!
حافظوا على النظافة!

و...
ماذا؟ أنفقتن ألف درهم؟
آسفة يا عمتي!

إنه خطئي! كان يجب ألا...
لا نعرف كيف حدث هذا! «دوخة» خدعتنا و...

هذا درس لكن! أنت ناضجات في عدة أشياء ولكن...

صغيرات على تحمل النفقات! وهذا حدث معي أيضاً!
حقاً؟

نعم! أنفقت كثيراً لأصبح أكثر أناقة من صديقتي! ولن أفعلها مجدداً!
ولكن...

بالنسبة للألف درهم...
أعرف كيف أجد الحل!
أرأيت ثمن نصيحتك؟
لـ... لماذا؟ ماذا حدث؟
وبعد قليل...
طبعاً عندي وظيفة! ولكنك قلت إنك لا...
يجب أن أحصل على ألف درهم بسرعة وإلا...
... لن تكلمني «بطوطة» بعد الآن!
النهاية

مستقبل الحياة البرية

تعمل منظمات الحماية في جميع أنحاء العالم لضمان استمرار بقاء الحيوانات والنباتات المعرضة لخطر الانقراض، وبما أن الضغوطات التي تتعرض لها الحياة البرية ستتضاعف في المستقبل، لذا من الأهمية مواصلة نشاطات الحماية وتوسيعها.

خارج الأقفاص

بدأت معظم حدائق الحيوان كمتاحف تعرض مختلف أنواع الحيوانات في أقفاص. أما اليوم فإن معظم الحدائق تتيح أكبر مجال ممكن من الحرية للحيوان، كما أنها تؤدي دوراً مهماً في حفظ الحياة البرية عبر مزاوجة الأنواع المعرضة لخطر الانقراض.

فمثلاً عندما صارت آخر حيوانات «المارية» العربية مهددة بالموت من قبل الصيادين، تم التقاط بعض منها، للتزاوج في حدائق الحيوان، وعندما مات لاحقًا آخر حيوان من هذا النوع كان يعيش في البرية، تمكنت حدائق الحيوان من إدخال بعضًا منها إلى البرية من جديد.

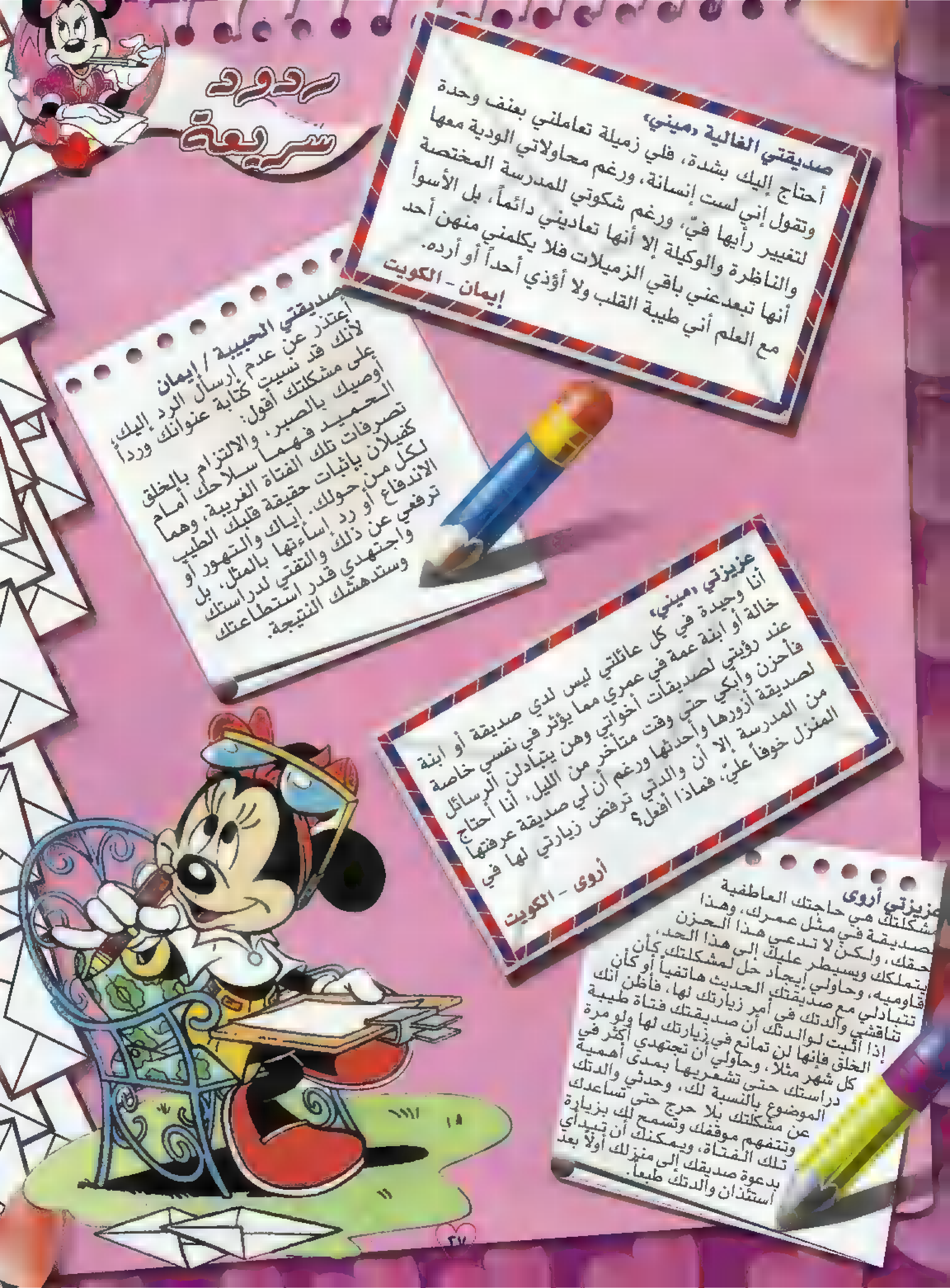
التنزه في البرية

من المتوقع أن تصبح السياحة قريبًا أضخم صناعة في العالم. إذ تزداد شعبية السياحة البيئية التي تتيح للسواح رؤية الحيوانات في البرية. ويهب السواح المال للحفاظ على استمرار كثير من الأنواع، ففي أفريقيا صارت الفيلة التي كانت تطارد لأنيابها العاجية أكثر قيمة وهي حية وحرة في موطنها الطبيعي.

غير أن أعدادًا كبيرة من السائحين يدوسون النباتات ويثيرون عصبية الحيوانات.

ففي جبال أوغندا مثلاً، تضطر الغوريلا لمواجهة ثلاث أو أربع مجموعات من السواح يومياً يستعملون آلات التصوير على مسافة لا تتجاوز بضعة أمتار منها، وقد بدأت حيوانات الغوريلا المتوترة تتحامل على السياح.

وبالرغم من ذلك ستستمر السياحة البيئية بالنمو. ولن تكون نافعة للناس والحياة البرية ما لم تتم إدارتها بشكل سليم.



ردود سريعة

صديقتي الغالية «ميني»

أحتاج إليك بشدة، فلي زميلة تعاملني بعنف وحدة وتقول إني لست إنسانة، ورغم محاولاتي الودية معها لتغيير رأيها فيّ، ورغم شكوتي للمدرسة المختصة والناظرة والوكيلة إلا أنها تعاديني دائماً، بل الأسوأ أنها تبعدعني باقي الزميلات فلا يكلمني منهن أحد مع العلم أني طيبة القلب ولا أؤذي أحداً أو أرده.

إيمان - الكويت

صديقتي الحبيبة / إيمان

أعتذر عن عدم إرسال الرد إليك لأنك قد نسيت كتابة عنوانك ورداً على مشكلتك أقول: أوصيك بالصبر، والالتزام بالخلق الحميد فهما سلاحك أمام تصرفات تلك الفتاة الغريبة، وهما كفيلان بإثبات حقيقة قلبك الطيب لكل من حولك. إياك والتهور أو الاندفاع أو رد إساءتها بالمثل، بل ترفعي عن ذلك والتفتي لدراستك واجتهدي قدر استطاعتك وستدهشك النتيجة.

عزيزتي «ميني»

أنا وحيدة في كل عائلتي ليس لدي صديقة أو ابنة خالة أو ابنة عمة في عمري مما يؤثر في نفسي خاصة عند رؤيتي لصديقات أخواتي وهن يتبادلن الرسائل فأحزن وأبكي حتى وقت متأخر من الليل. أنا أحتاج لصديقة أزورها وأحدثها ورغم أن لي صديقة عرفتها من المدرسة إلا أن والدتي ترفض زيارتي لها في المنزل خوفاً عليّ، فماذا أفعل؟

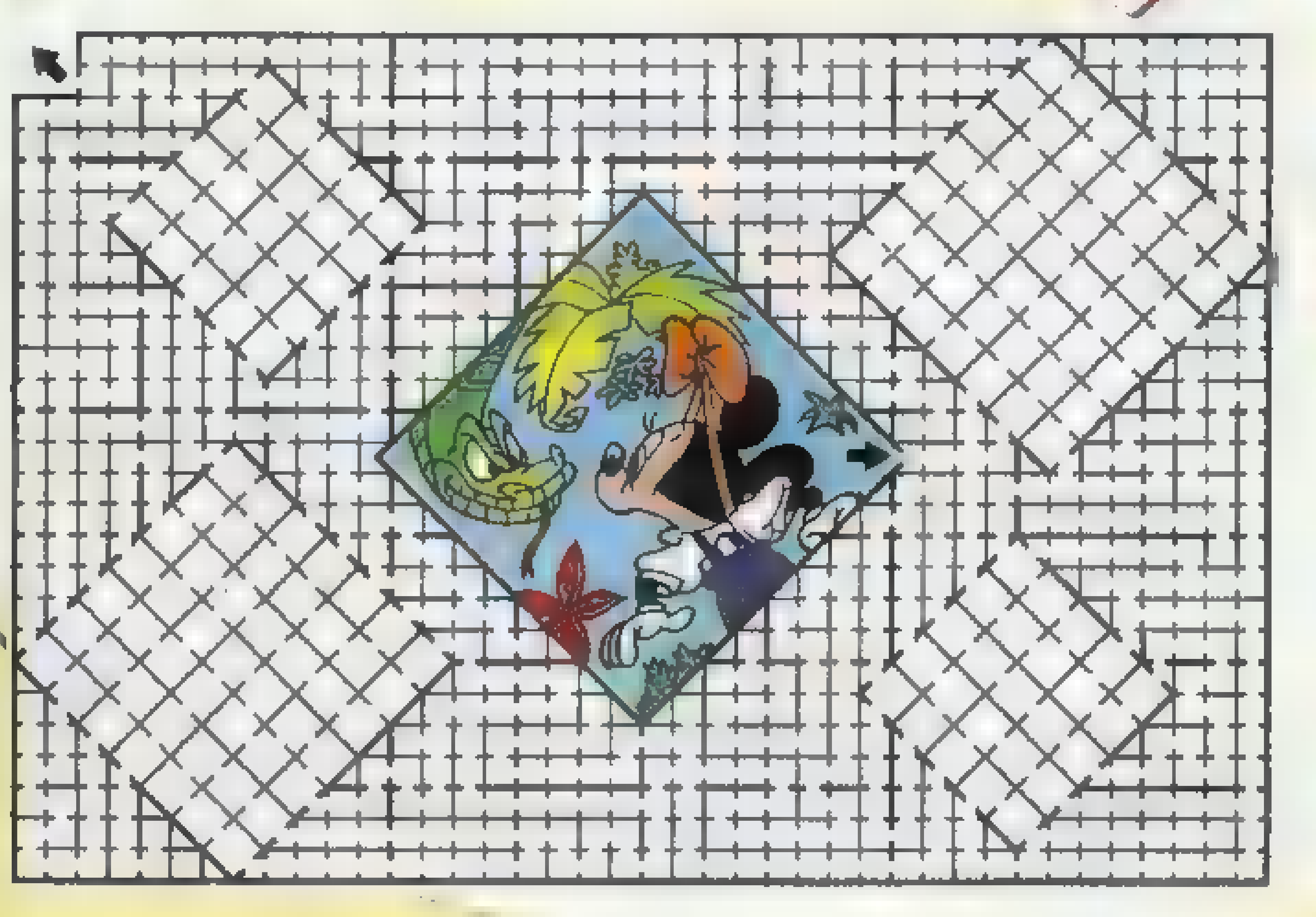
أروى - الكويت

عزيزتي أروى

مشكلتك هي حاجتك العاطفية لصديقة في مثل عمرك، وهذا حقك، ولكن لا تدعي هذا الحزن يتملكك ويسيطر عليك إلى هذا الحد، وحاولي إيجاد حل لمشكلتك كأن تتبادلي مع صديقتك الحديث هاتفياً أو كأن تناقشي والدتك في أمر زيارتك لها، فأظن أنك إذا أثبت لوالدتك أن صديقتك فتاة طيبة الخلق فإنها لن تمانع في زيارتك لها ولو مرة كل شهر مثلاً، وحاولي أن تجتهدي أكثر في دراستك حتى تشعريها بمدى أهمية الموضوع بالنسبة لك، وحدثي والدتك عن مشكلتك بلا حرج حتى تساعدك وتتفهم موقفك وتسمح لك بزيارة تلك الفتاة، ويمكنك أن تبدأي بدعوة صديقك إلى منزلك أولاً بعد استئذان والدتك طبعاً.

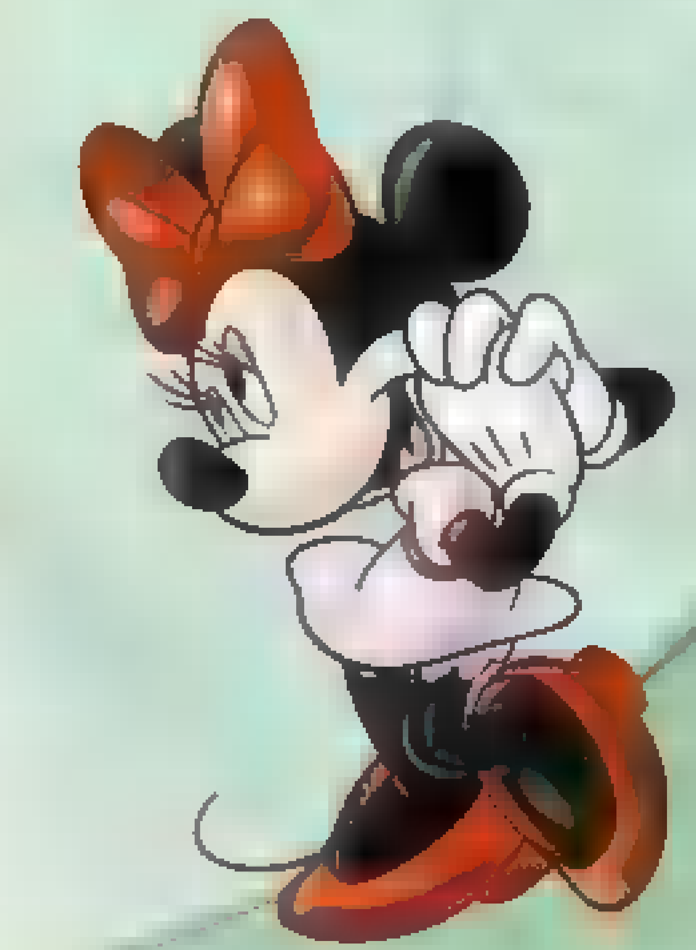
أين الطريق؟

تحاول «ميني» النجاة من الثعبان الذي لحق بها، فهل تساعديها على الخروج من هذه المتاهة؟



الأجزاء

من بين الأجزاء الخمسة التي ترينها، هناك ثلاثة أجزاء فقط تطابق الصورة الأصلية، واثنان مختلفان، فهل تستطيعين تحديدهما؟!



المتعاكستان

تبدو الصورتان متعاكستين، ولكن في الحقيقة، هناك خمسة اختلافات بينهما. هل عرفتها؟

أدوات المدرسة

أي طريق يجب أن تسلكه الأدوات المدرسية كي تصل إلى الحقيبة؟!

بطاقة صديقات ميني

ضعي صورتك هنا

الاسم:..................العمر:..................

شخصيتك المفضلة :..................................

الهوايات:..................................

العنوان:..................................

..................رقم الهاتف:..................

مطبخ ميني

صديقاتي العزيزات، جاءت العطلة الصيفية وخلالها تكثر الزيارات. لذلك أقدم لكن كوباً جديدا من العصير سهل الإعداد. أتمنى أن ينال إعجابكن وإعجاب الضيوف. وبالهناء والشفاء مقدما.

المقادير:

- ٢ حبة كيوي
- ½ حبة مانجو
- ¼ كوب حليب
- ٢ ملعقة قشدة
- ١ ملعقة عسل

الطريقة

١- قشري الكيوي والمانجو وقطعيها قطعاً صغيرة

٢- ضعي قطع الكيوي والمانجو في الخلاط الكهربائي

٣- أضيفي لها الكريمة والعسل والحليب واخلطي المزيج جيداً بالخلاط.

٤- صبي العصير في أكواب التقديم وقدميه بارداً.

تنبيه: إعداد الوصفات يجب أن يكون بإشراف الكبار ورقابتهم

ممكن تساعديني

صديقتي العزيزة :

إن المشكلات أمر يعاني منه كل شخص، كبيراً كان أم صغيراً. فإذا واجهتك مشكلة فلا تيأسي من إيجاد حل لها. فهذه الصفحة مخصصة لك أنت وصديقات ميني العزيزات للتواصل معاً ومحاولة فهم ما يضايقك وتبسيطه ، وإيجاد الحل المناسب له.فلا تترددي أبداً في إرسال مشكلتك وسوف نقوم بنشر الحل المناسب . مع تمنياتي لكن جميعاً بحياة سعيدة وهادئة.

الوزن الزائد

عزيزتي «ميني»

شكراً كثيراً على رسالتك اللطيفة التي أسعدتني وأرجو أن ترسلي لي مزيداً من الرسائل، ولكن أرجو أن تكون رسالتك المقبلة تحمل لي نصيحة تفيدني في التخلص من الوزن الزائد، علماً بأني أريد أن أقلل وزني ١٠كجم، فأي طعام آكل وأي طعام أترك؟

زهراء - الكويت

للمراسلات: الكويت - مجلة ميني - ص.ب ٢١٨٠٠: الصفاة الرمز البريدي: 13078 البريد الإلكتروني: (E.Mail): mariw@alqabas.com.kw.

صديقتي الغالية زهراء

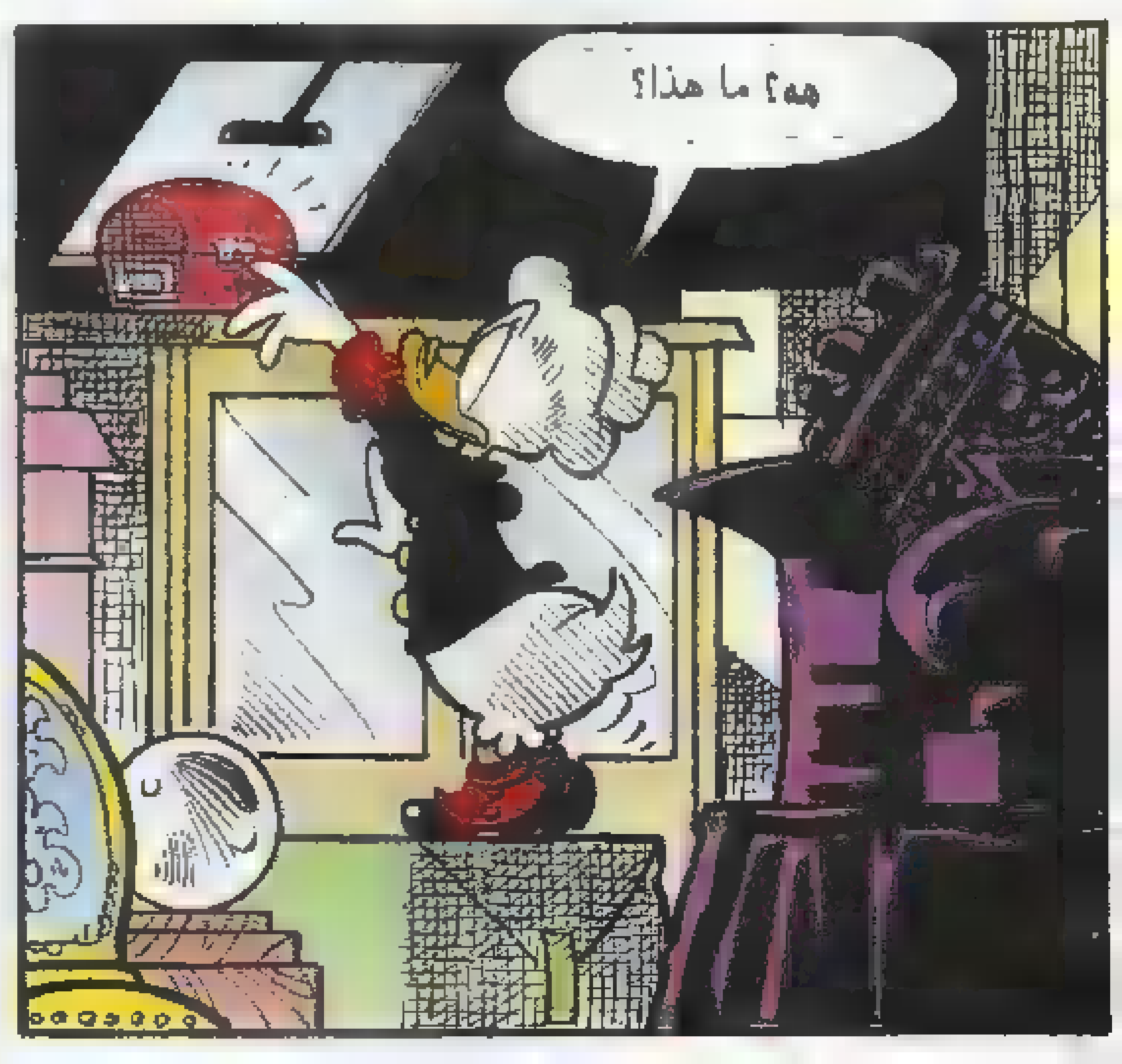
أشكرك كثيراً لأنك أثرت موضوعاً يهم كل البنات، ولكن بخصوص تقليل ١٠كجم من وزنك، فعليك أولاً التأكد أن هذا لن يضر بصحتك، والأفضل أن تستشيري طبيباً مختصاً لأنه سيدلك على الطريقة السليمة للتخلص من الشحوم والدهون المتراكمة على جسمك دون أن يلحق بك أي ضرر، كما يمكنك الابتعاد عن الشيكولاته والآيس كريم والمايونيز والطحينة والقشدة والبطاطا والمكرونة والنشويات والدهون بشكل عام، لأن هذه المأكولات تسبب زيادة ضخمة في الوزن وخاصة عند الإكثار منها، واستبدلي هذه المأكولات بالخضراوات الطازجة وخاصة الخس والخيار، وإياك والحرمان من الأكل فهذه طريقة خاطئة تماماً، بل على العكس يجب أن تلتزمي بوجبة الإفطار والغداء وتناولي عشاءك قبل النوم بساعتين على الأقل وحاولي ألا تأكلي بين الوجبات وأن تأكلي على مهل حتى لا تكثري من الطعام دون أن تشعري، ويمكنك استخدام أطباق وملاعق صغيرة حتى تتأكدي من كميات طعامك، واعلمي أن جسمك في فترة التكوين فيجب عليك أن تنوعي من الأطعمة لتغذيه بكل الفيتامينات، وأفضل نصيحة يمكن أن أهديها لك هي ممارسة الرياضة بشكل منتظم، فالرياضة هي السلاح الأول ضد البدانة وسترين النتيجة بنفسك.

والت ديزني
تيتة بطة
لالئ الحكمة
كل منا لديه سر ! ولكن البعض يتصرف بحكمة لجعله سحراً !
مثل الجدة بطة التي حوّلت ليلة ممطرة مملة إلى ليلة مميزة !
هاها! لن أجد يوماً أفضل!

لا شيء أفضل من تنظيف السقيفة!
قابل للكسر!

يالها من كمية غبار! ولكن الآن...

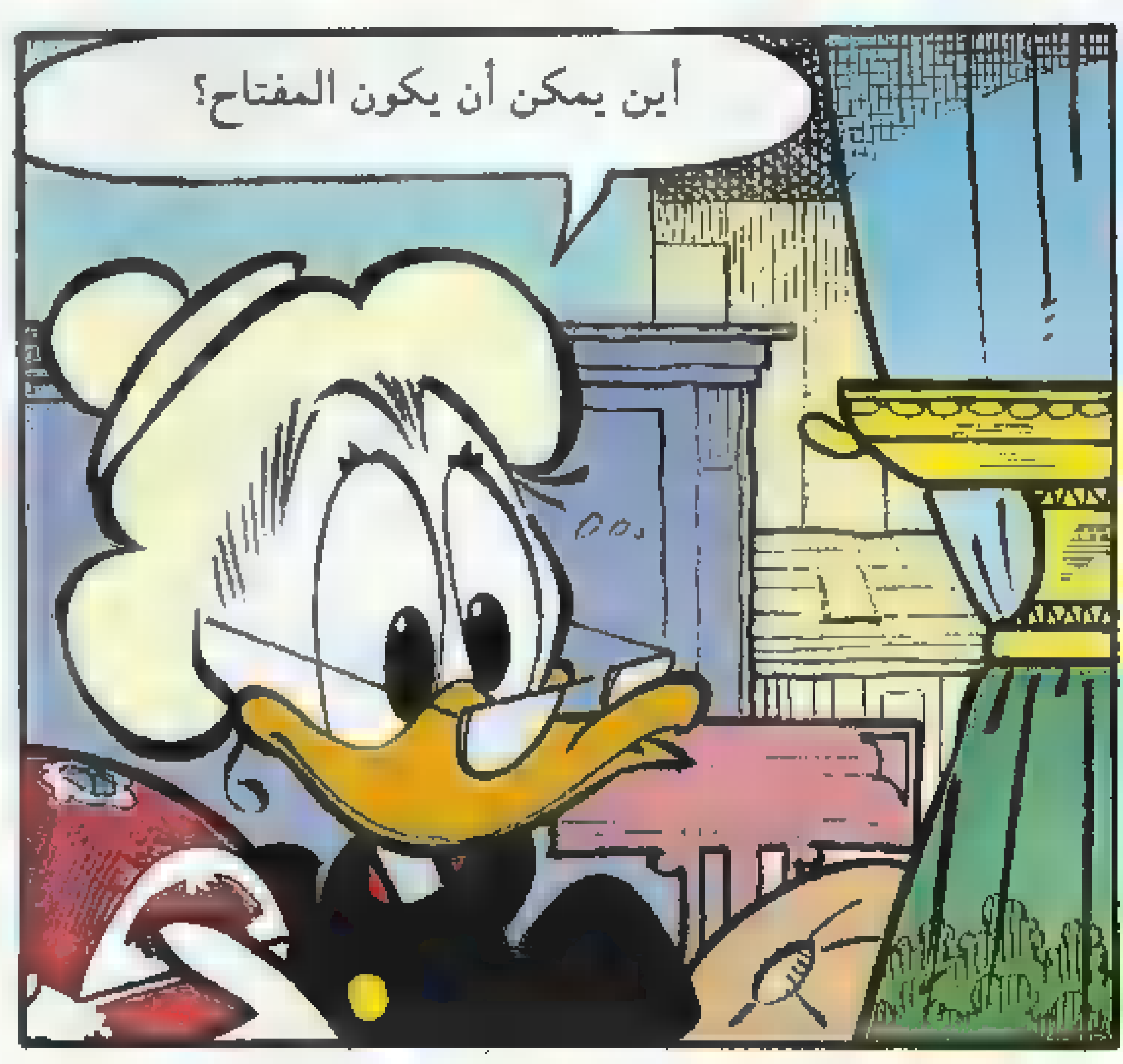
كح كح! من الأفضل أن أفتح


هه؟ ما هذا؟

لا أتذكر إن كان لدي صندوق جميل كهذا!

لنر! سأملؤه بأدوات الخياطة!

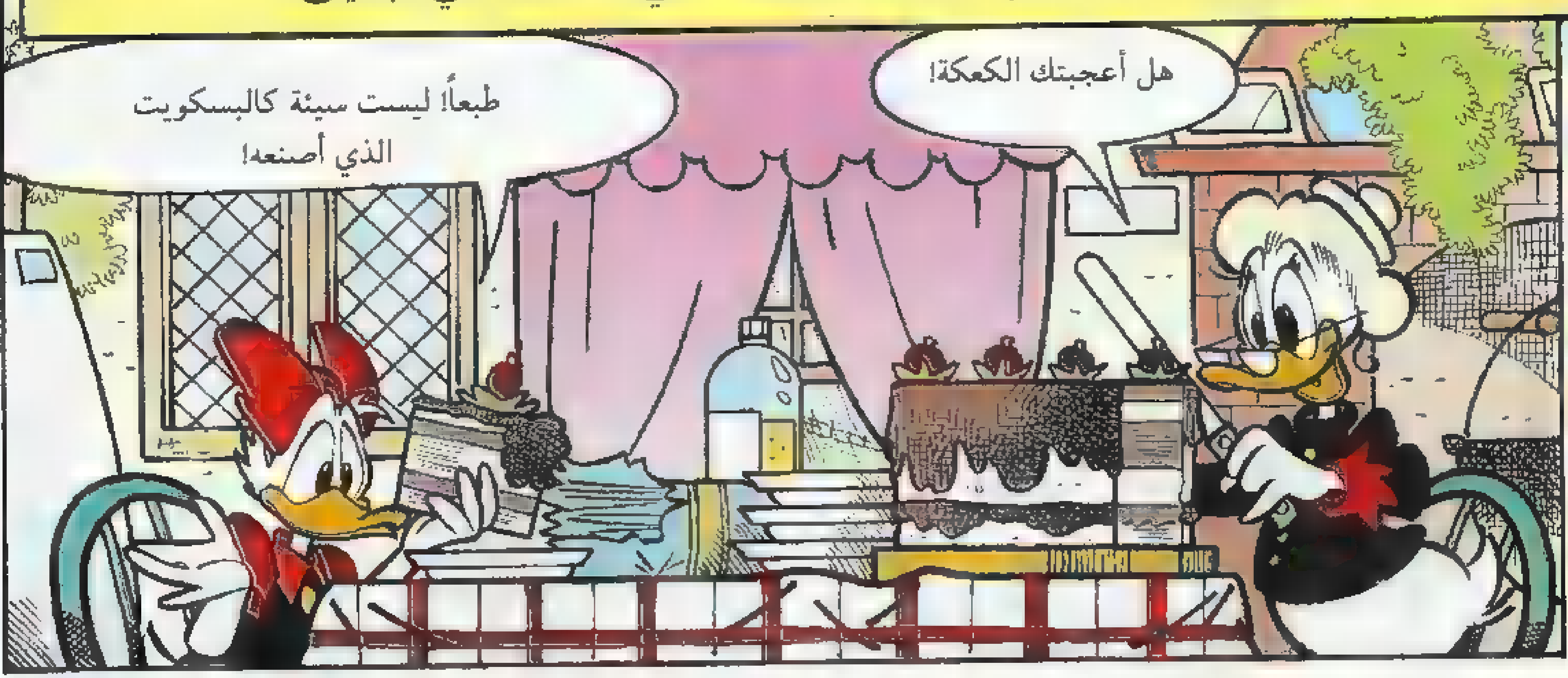
نعم! ولكن عليّ أن أتمكن من فتحه أولاً!


أين يمكن أن يكون المفتاح؟

هممم.. أعتقد أن هناك شيئاً بالداخل!
تك
تك
تك

زيارة؟ صوته كجهاز تنبيه سيارة «بطوطة»!

وقت مناسب للحصول على وجبة خفيفة!
أخيراً عثرت علينا!


بالنسبة لجدة حنونة، مساعدة حفيدة في مشكلة شيء جميل...
هل أعجبتك الكعكة؟
طبعاً! ليست سيئة كالبسكويت الذي أصنعه!

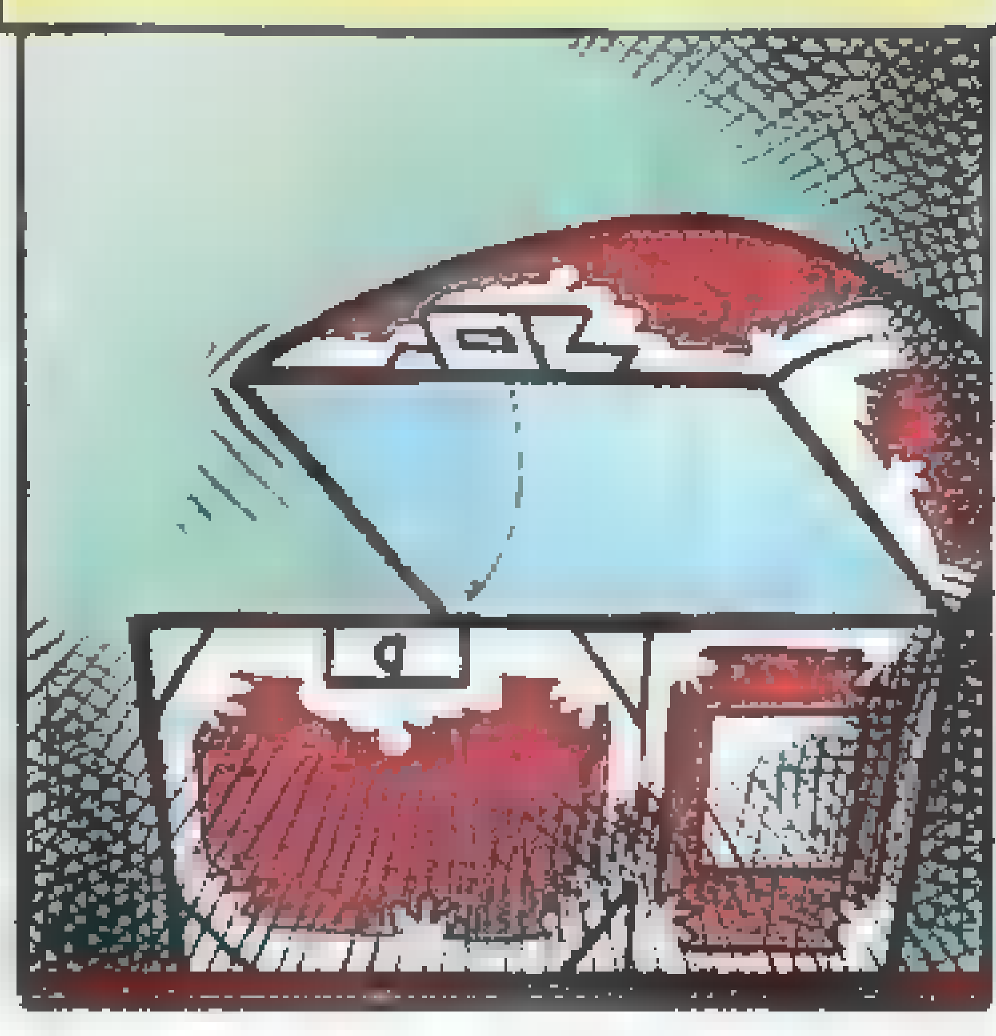
معرض الحلوى اقترب موعده ولا أستطيع تحسين وصفاتي!

لا تقلقي! مع بعض الحيل سيكون بسكويتاً ممتازاً!
أنت متأكدة؟

طبعاً! السر يكمن في المقادير!
طحين

يجب أن يكون الطحين منخولاً بعناية!
هه؟

معك حق يا «بطوطة» ! لو تعلمين ما يحدث في السقيفة...



ربما يمكنك مساعدتي في فتح الصندوق!
أي صندوق؟

وجدته في السفينة منذ قليل و.. هه؟
طوك
طوك

«دهوبة»..؟
مرحباً! كيف حالكما؟ أحتاج إلى مساعدتكما!

هل «دهب» العجوز متورط في الأمر؟

نعم ولكن كيف...
إنه حدس! هاها!

«دهب» سيكون حكماً في حفل توزيع الجوائز في معرض المدينة!

لا أفهم! وما المشكلة؟

يجب أن تعلمي أن «دهب»...

سيقدم جائزة خاصة للفائزة في المعرض!

تحكيم

«دهوبة»! «دهوبة»!

معرض مدينة البط للحلويات

شكراً يا عزيزي!

حلويات سكاكر بسكويت

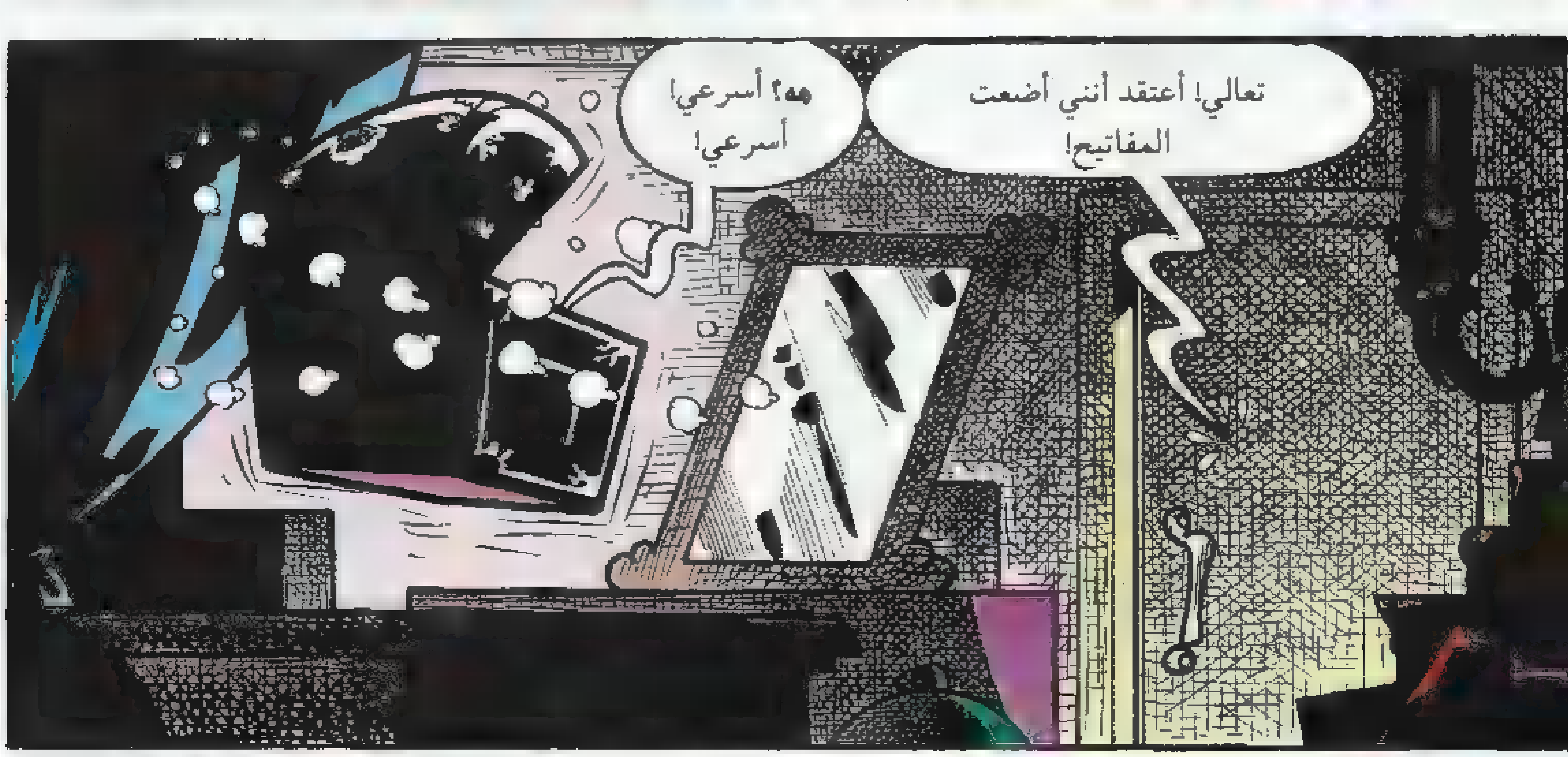
تفضلي يا عزيزتي!

لا شيء أفضل للحلويات من رائحة الفانيلا!

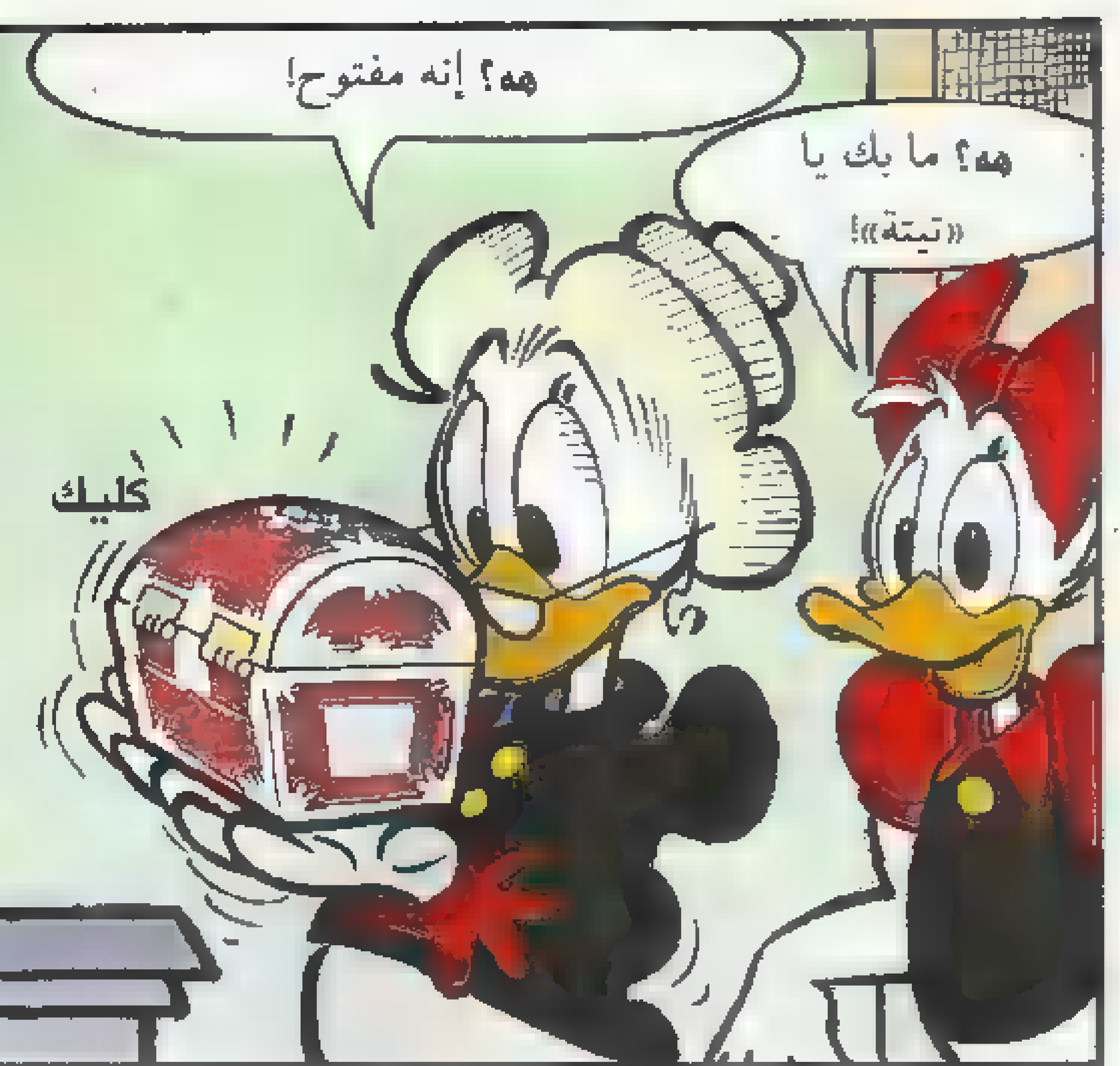
يكفي أن تضيفيها للمربى أثناء طبخها!
ها هي واحدة أخرى!

شكراً يا «تيتة»! نصائحك غالية دائماً!
بالمناسبة!

أين ذلك الصندوق؟
إنه في السقيفة!


تعالي! أعتقد أنني أضعت المفاتيح!
هه؟ أسرعي! أسرعي!

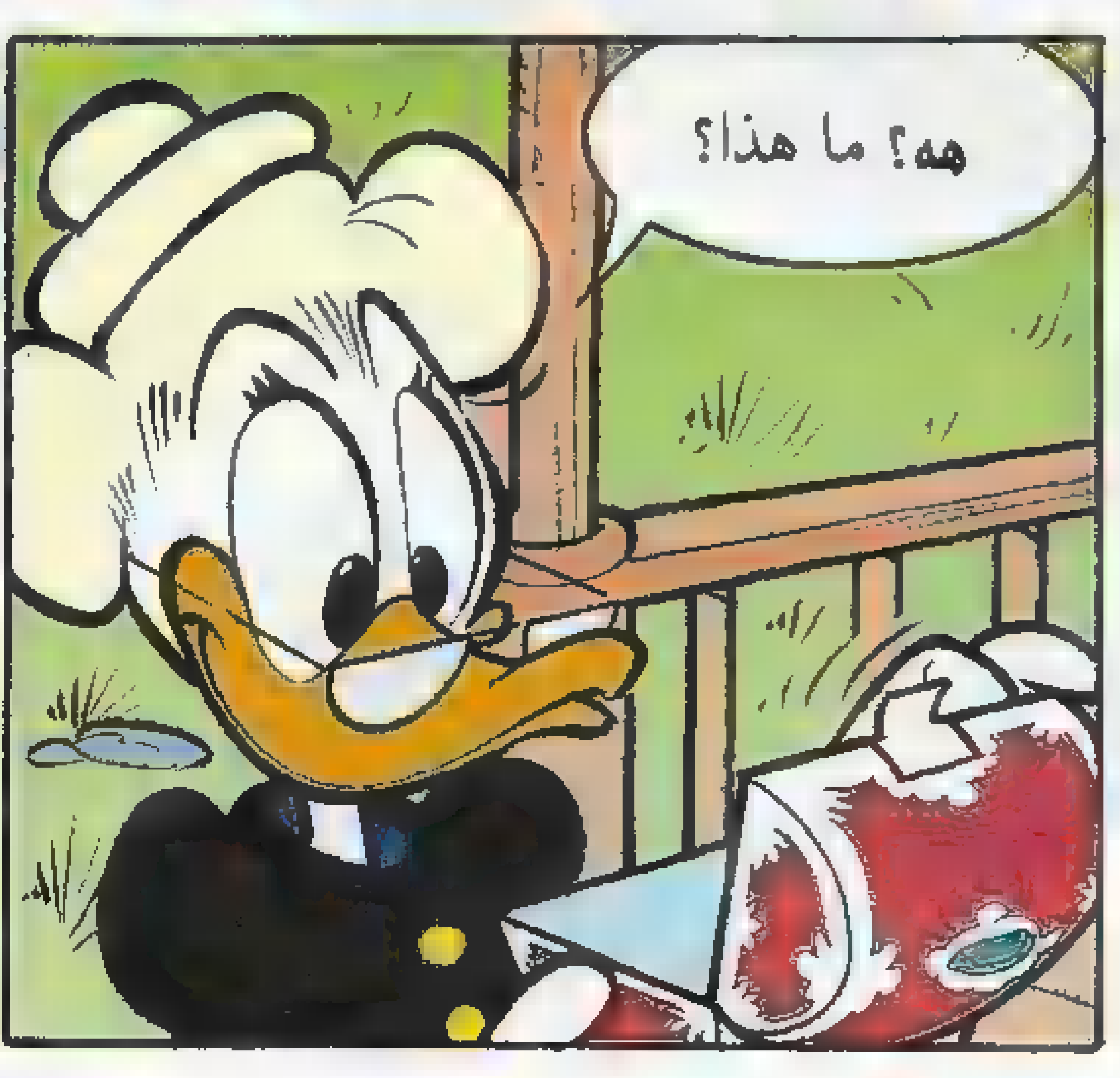
هه؟ لا أصدق عيني!


هه؟ ما بك يا «تيتة»!
هه؟ إنه مفتوح!
كليك

انظري بعينيك!
هه؟ لآلئ؟
رائع! لم أر لآلئ تبرق هكذا من قبل!

لم أظن أن لديك كنزاً كهذا!
هاها! بصراحة ولا أنا!

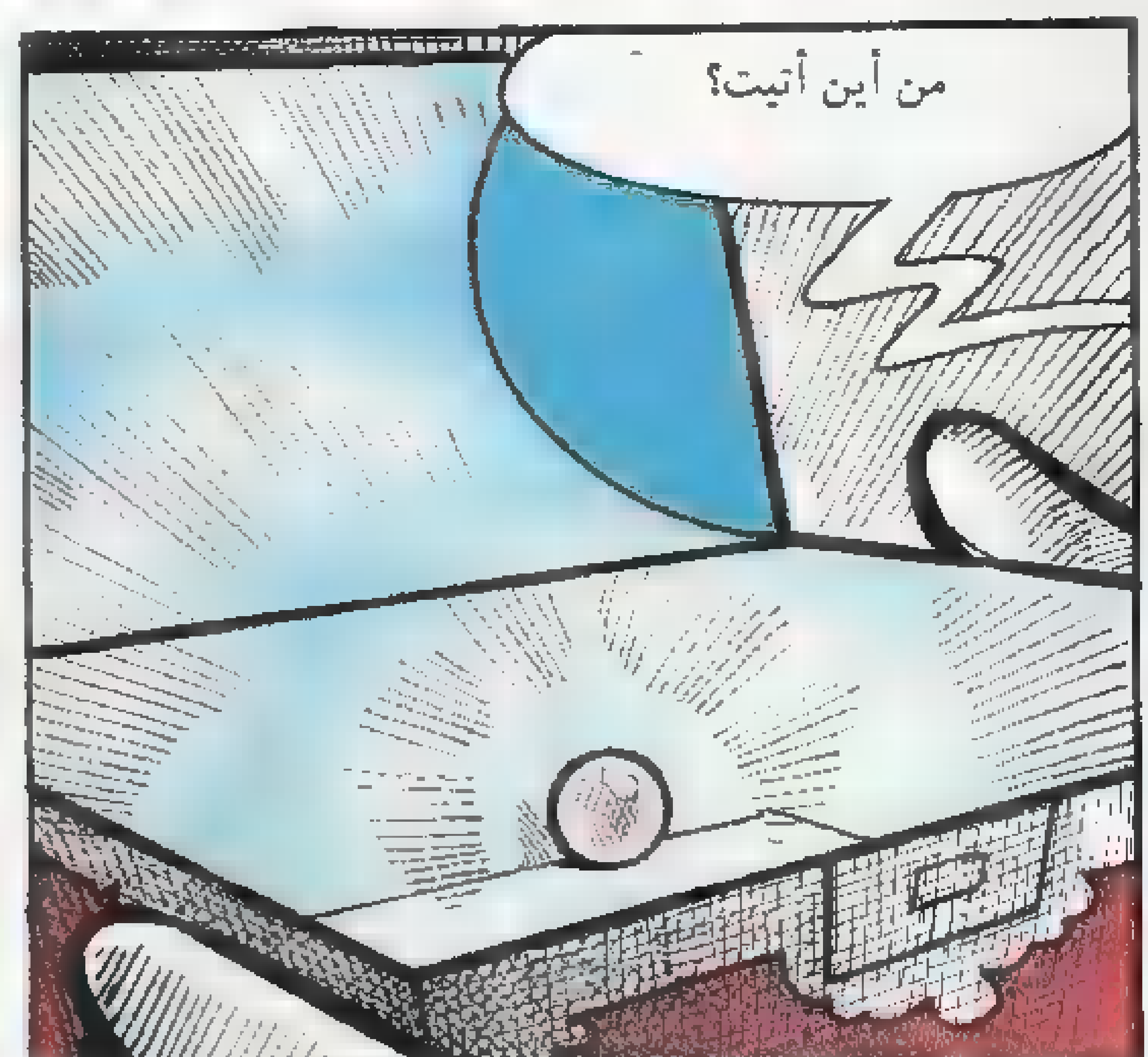
إن بها شيئاً مميزاً!
إنها فاتنة!

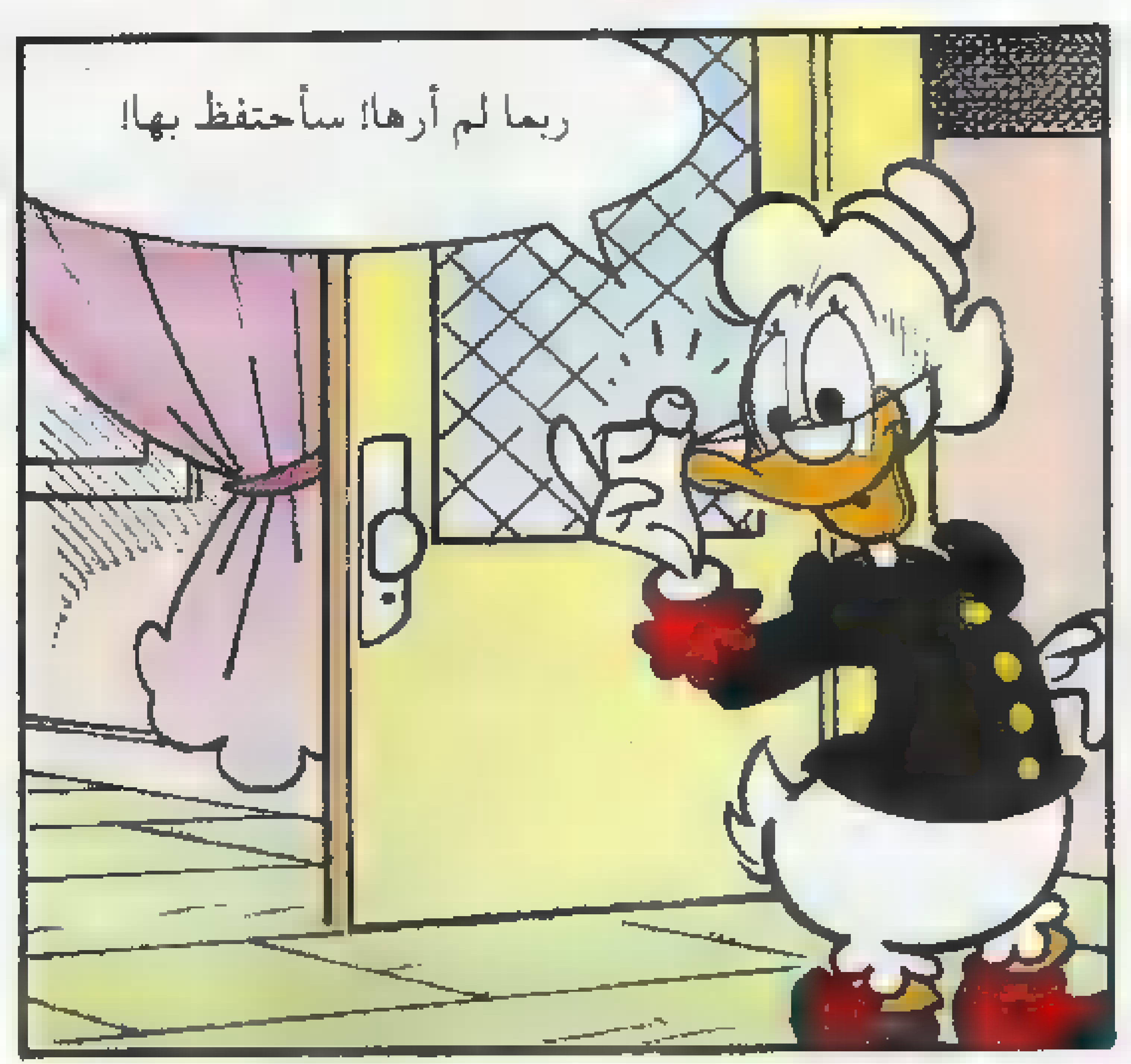


يتبع في الصفحة ٤٤

ستديو
ميني
الاسم: رهف عبيد
العمر: ٦ سنوات
الشخصية المفضلة: ميني
وبطوطة
البلد: السعودية
الاسم: رقية مبارك
العمر: ١٠ سنوات
الشخصية المفضلة: ميني
البلد: الكويت
الاسم: نور عبدالرحمن
العمر: ١٠ سنوات
الشخصية المفضلة: ميني
البلد: الكويت
الاسم: هيفاء فهد
العمر: ٩ سنوات
الشخصية المفضلة: ميني
البلد: السعودية
الاسم: نورة سعيد
العمر: ٦ سنوات
الشخصية المفضلة: ميني وكوكية
البلد: الكويت
الاسم: حنين محمد
العمر: ١١ سنة
الشخصية المفضلة: ميني
وميكي وبطوط
البلد: الكويت
الاسم: فاطمة حمود
العمر: ١١ سنة
الشخصية المفضلة: ميني
البلد: سلطنة عمان
الاسم: نوف علي
العمر: ١١ سنة
الشخصية المفضلة: ميني
البلد: قطر
الاسم: أديم علي
العمر: ١٢ سنة
الشخصية المفضلة: ميني
وبطوط وبطوطة
البلد: السعودية

يا هلا
الطبلة
الإبن : أرجو يا أبي أن
تشتري لي طبلة.
الأب: أخشى أن تزعجني بها.
الإبن: أعدك يا أبي بأن لا أستخدمها
إلا حين تكون نائماً.
مريم السمحان
الكويت
فاطمة فالح
الكويت
مريم سعود السمحان
الكويت
(من أدب الحياة)
– أن لا تهمس في أذن أحد وأنت بين
جماعة.
– وأن لا تتكلم وفمك محشو بالطعام.
– وأن لا تسأل عن ثمن الأثاث إذا كنت
في زيارة أحد.
بشاير – الكويت
إسراء
الكويت
فاطمة عبدالحميد
الكويت


من أين أتيت؟


ربما لم أرها! سأحتفظ بها!

ستعود أخواتك قريباً!
لؤلؤة الحكمة الجديدة في مكانها في صندوق النصائح الثمينة، ولكن أخواتها؟

ما الأحداث غير المتوقعة التي ستواجه الباقين؟
ممم... لنر!

ربما أضعها في فستاني الجديد!

نعم! فستاني سيكون الأجمل في المعرض!

ترى كيف ستستخدم «دهوية» لآلئها؟

إنها مفاجأة! ولكني متأكدة من شيء ما...

هذه اللآلئ تشعرني أنني بطة جديدة!

وهكذا، وأخيراً...
رائع! قلادتك جميلة!
وفستانك جميل أيضاً!
مطعم
سوبرماركت
متجر
مركز

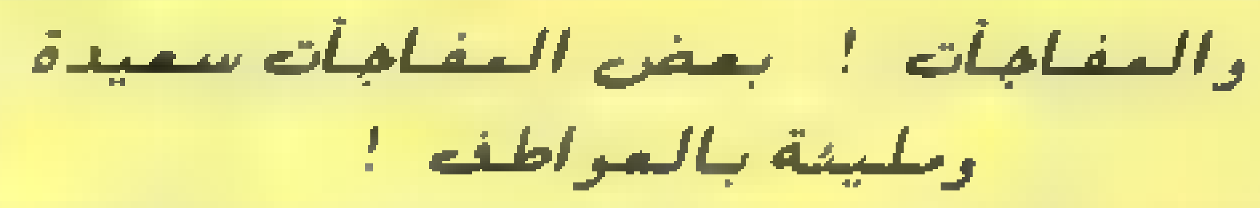
المدينة مليئة بالأشياء الجميلة واللذيذة، والحلويات و...

التحكيم

بسكويت! كعك! حلويات! آيس كريم!

حلويات

مدينة البط لم تكن أبداً بهذا الجمال!



حضرت في موعدك! تستحق أن تتذوق البسكويت!
شكراً! هممم!

جيد! ولكن ليست كبسكويت تيتة «بطة»!
أنا صنعته!

كح! أنا لم أقصد...
معك حق! إنها لا تنافس!

خفت أن تعتبريها إهانة!
ولم؟ الصراحة لا تضايق! هيا! سيعلنون الفائز!

وفي الوقت نفسه كانت «دهوبة» تطعم «دهب» ما لذ وطاب...
هممم.. قطعة أخرى! شكراً!
هذه مصنوعة من الخوخ!
هل يمكننا تذوق كعكة العنب؟
لجنة تحكيم
معرض حلويات
مدينة البط!

«دهوبة» تبدو أقل إزعاجاً، ولكن ربما هي واحدة من خدعها!

إنها الفائزة بلا شك! لجنة التحكيم كلها معها!

آخ! أستطيع تخيل النتائج !
شكراً! يا عزيزي «دهب»!
آخ!

إحم.. انتباه! الفائزة هي...

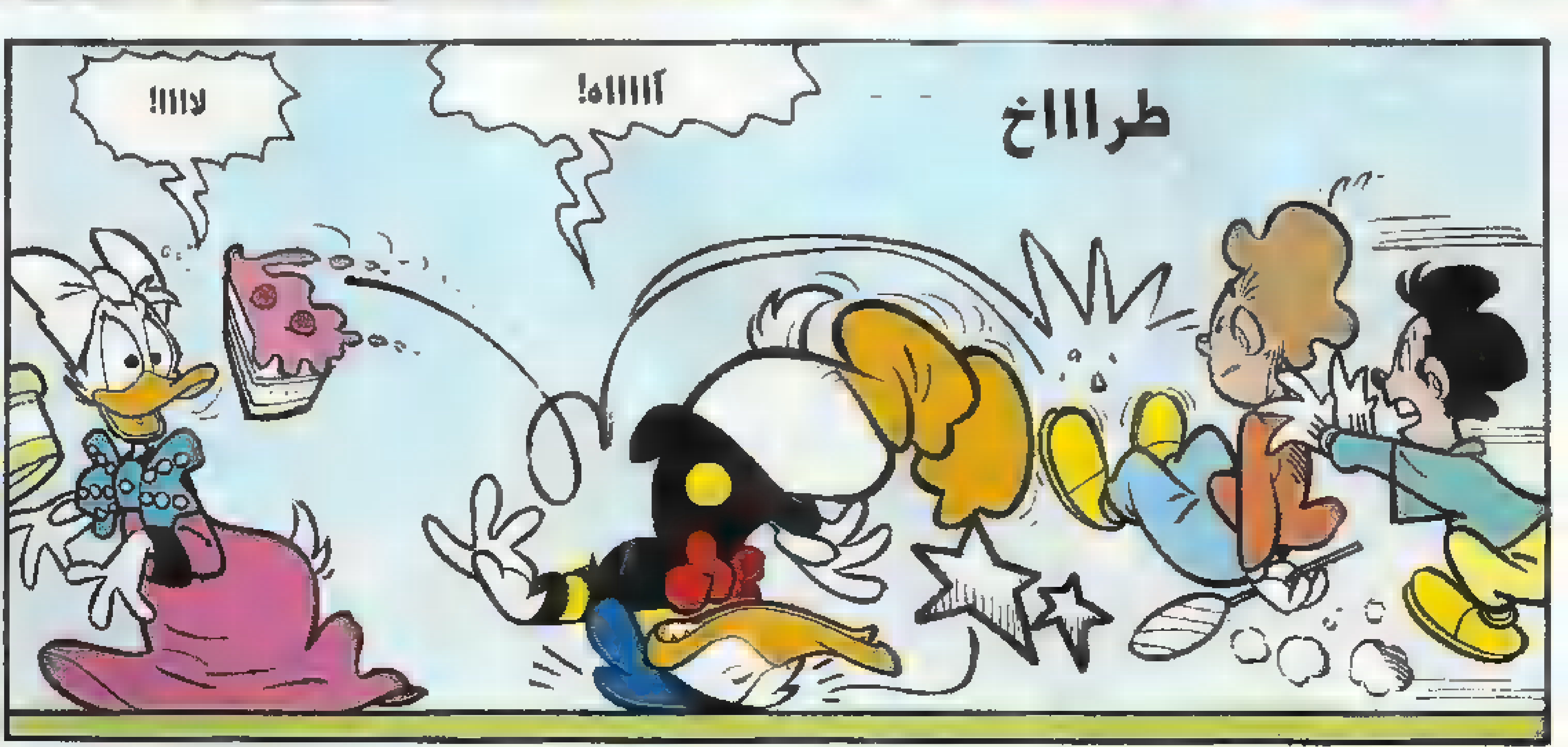
«د.. دهوبة» تفضلي كأس الحلوى الذهبي!
هاها! شكراً! أنت رجل طيب!
لجنة التحكيم!
مييييه!
نريد الحلوى!
«دهوبة»!

أشكرك يا عزيزي! هل نحتفل سوياً؟
ممم... طبعاً!
يالها من لآلئ!

لا أعرف هذا النوع من اللآلئ! سأراقبها عن قرب!

أهنئك يا «دهوبة»!
هذا بفضل نصيحة تيتة «بطة»!

«بطوطة»! أحضرت لك شريحة من الكعك!
أعطني مصاصتي! إنها لي!

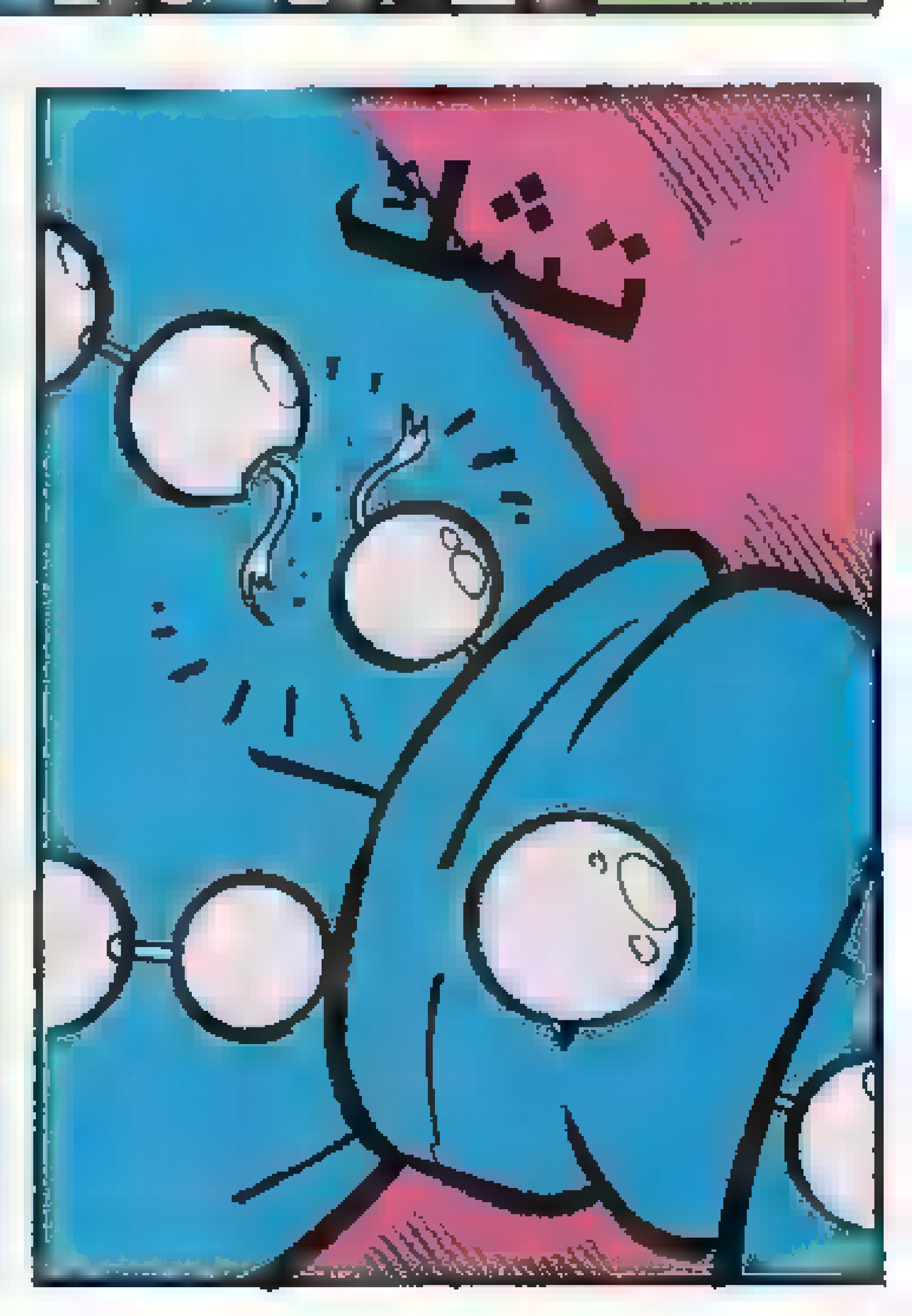

طراااخ
آااااه!
لاااا!

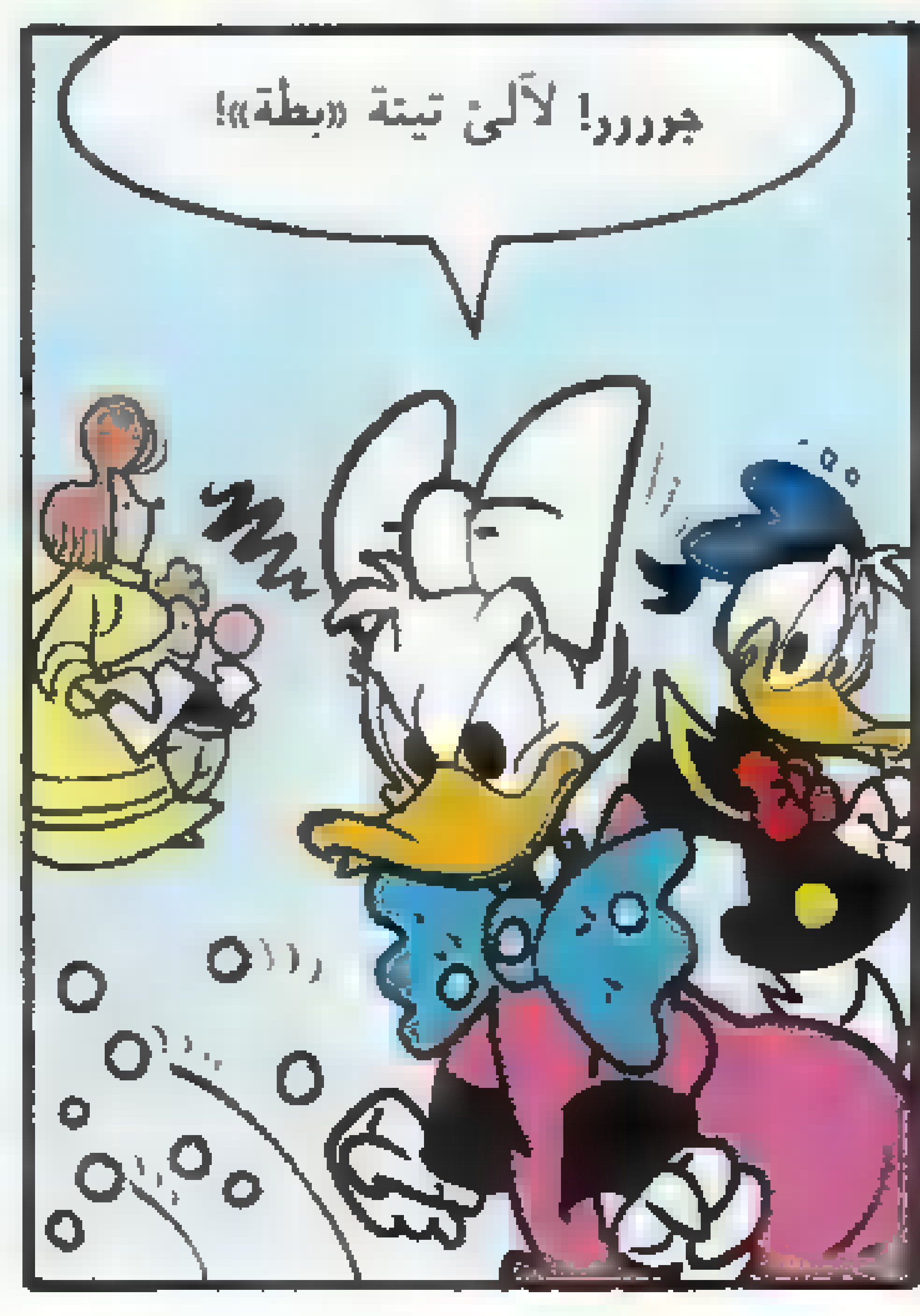
آه! يالها من سقطة!
آخ – آه!

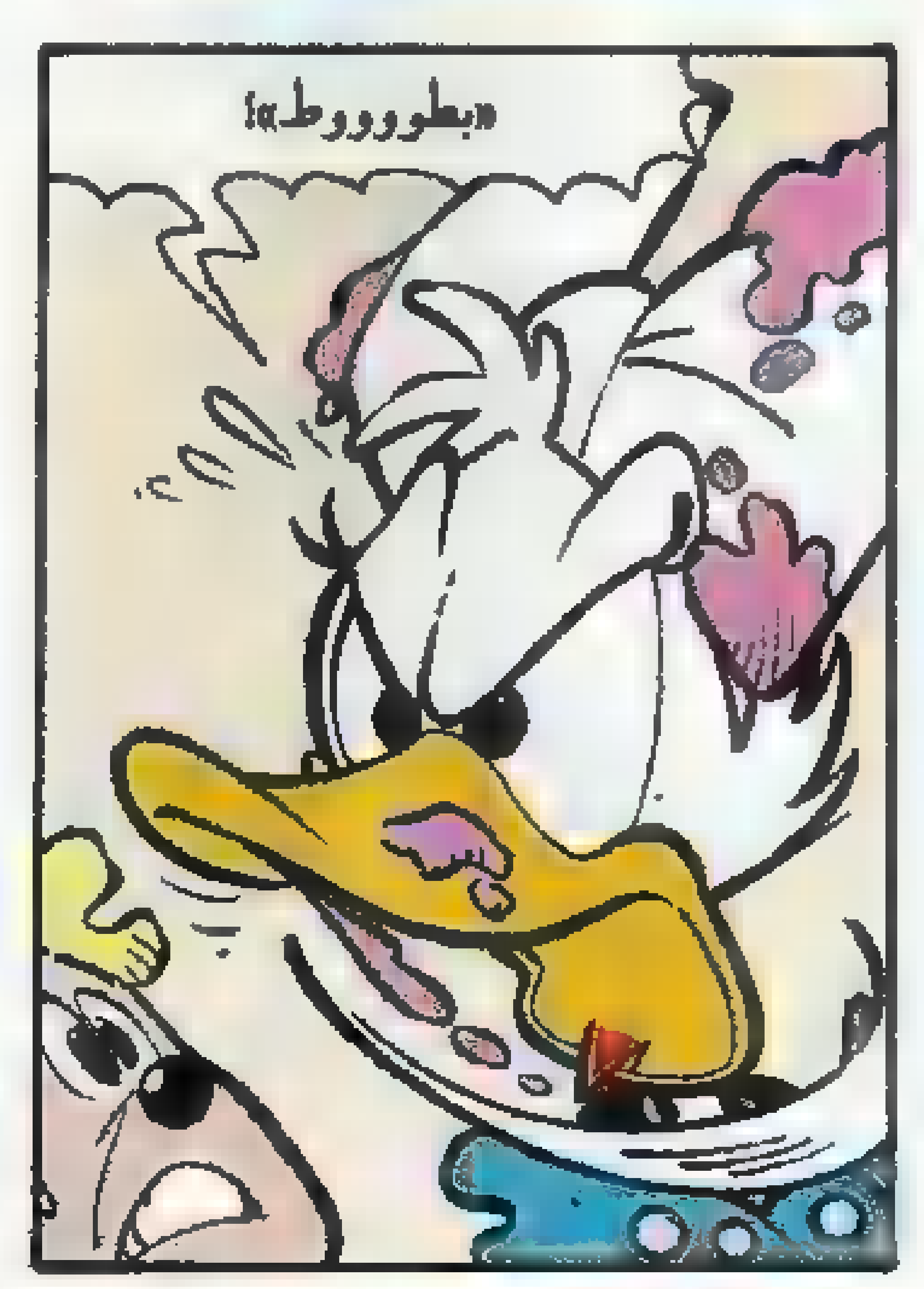
إحم.. كان.. حادثاً...
طبعاً! طبعاً!

ستظل دائماً كما أنت!
هاها!

انتظري! سأنظف لك فستانك!
هه؟ انتبه!


تشاك


جررررر! لآلئ تيتة «بطة»!


«بطوووووط»!

وحتى اللآلئ التي ترتديها «دهوبة» في خطر !
أعطني هذا العقد!
اتركه أيها البط البخيل!

آخ!
تـ
شـ
ك

إحم... ربما بالغت قليلاً!

لاااا! لقد تناثرت في كل مكان!

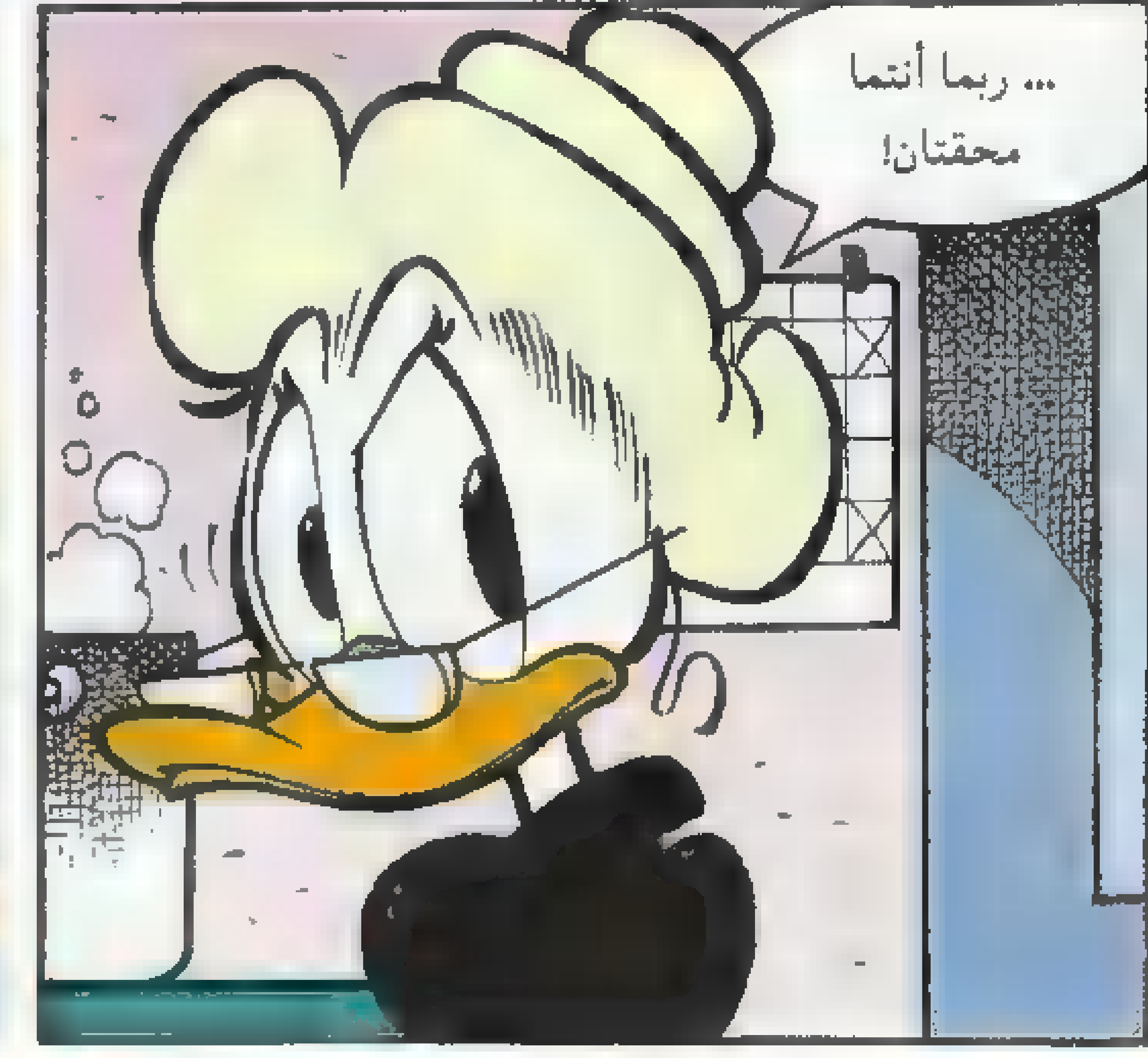
آي!

طراخ

آخ!

«دهوبة»! أنت أيضاً؟
إنها كارثة! ماذا سنقول لتيتة؟

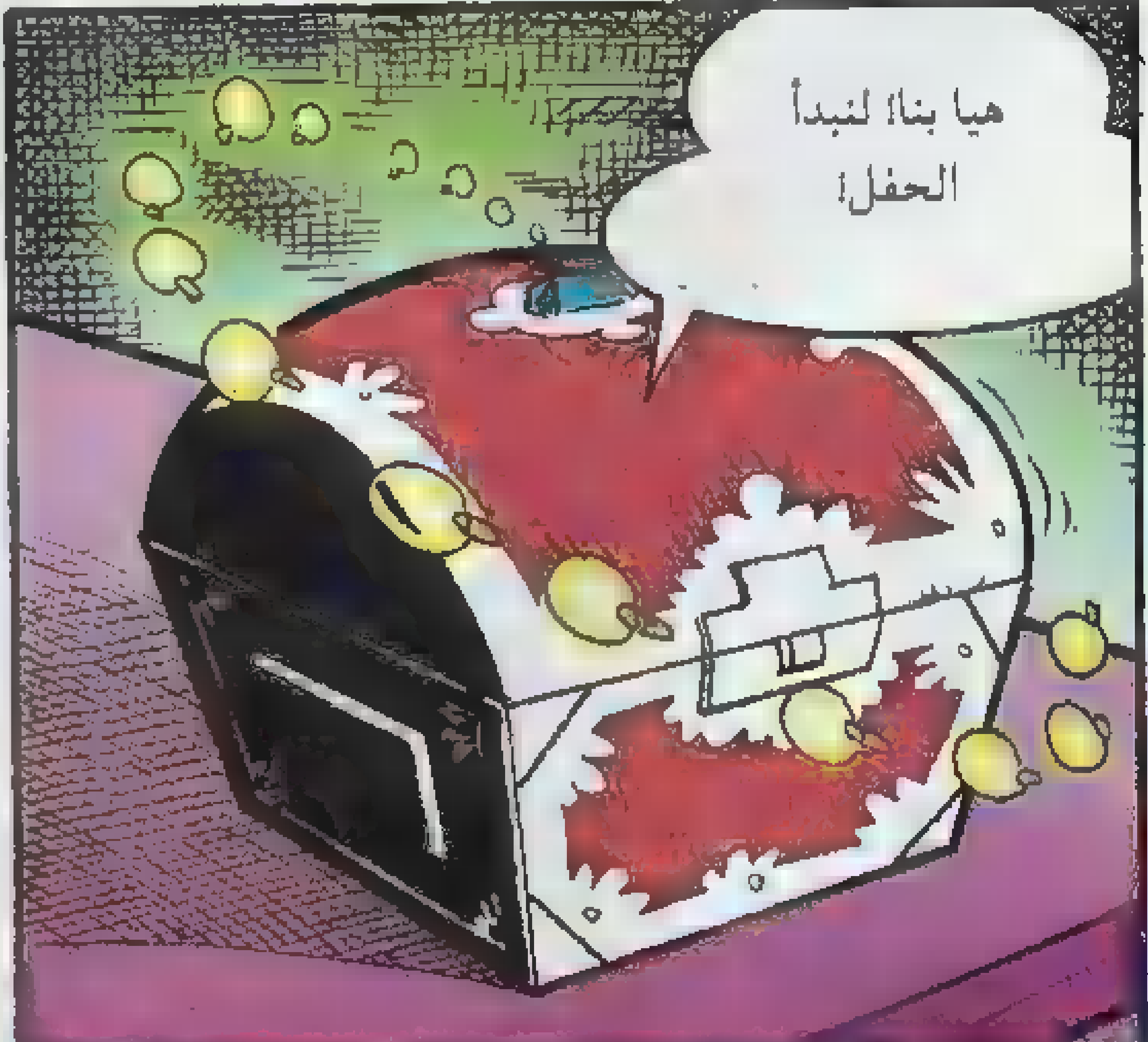
وبعد أن استجمعتا شجاعتهما، ذهبت الصديقتان لتيتة «بطة»...
لم يكن علينا أن نطلب منك اللآلئ لسبب سخيف كهذا؟
من حقك أن تغضبي منا!
ممممم...

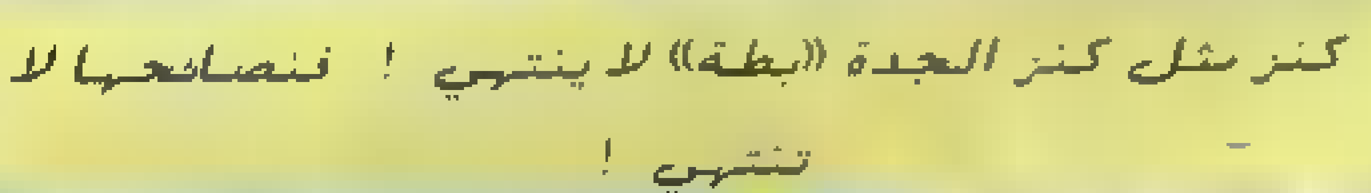

... ربما أنتما محقتان!

من الممكن أن يحدث هذا لأي أحد!

شكراً لك يا تيتة!
أنت رائعة!

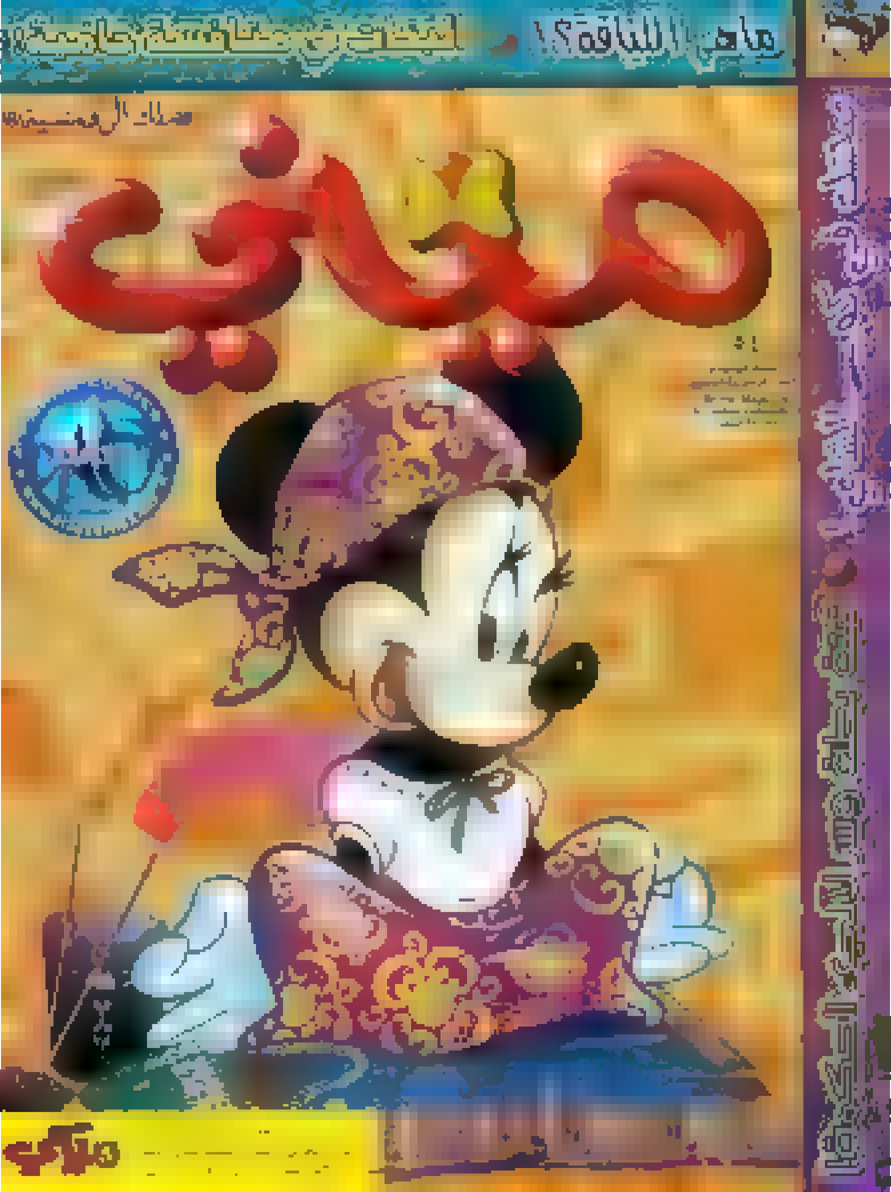
خسارة! بمجرد أنني اكتشفت أنني أملك كنزاً!
هل أنت متأكدة أنك فقدت كل شيء؟





نصائح تيتة «بطة» ثمينة كاللؤلؤ !

النهاية



الفراعنة

[illegible] الملوك [illegible] على كل [illegible] [illegible] وله عدد من [illegible] [illegible] في الأمر [illegible]

ويشترك الكهنة في مراسم الجنازة [illegible] حيث [illegible] الرسومات [illegible] على جدران الضريح تحكي قصة حياة الميت.

وضع الميت في التابوت

بعد الانتهاء من ذلك كله يوضع الميت في التابوت ويوضع معه في الضريح جميع ممتلكاته [illegible] أثناء حياته [illegible] [illegible] ٥,٥ [illegible]

نقل الصخور

تم إحضار تلك الصخور الضخمة التي [illegible] الأهرامات [illegible] [illegible] صخري.

كان يلزم [illegible] الصخرة الواحدة [illegible] يجرها عدد كبير من العمال على الزحافات، ويمكن أن تتصور عدد الكتل الصخرية التي نقلوها، ولكن هل تصدق أنها تصل إلى [illegible] صخرة في الهرم الأكبر وحده؟

اعتقاد خاطئ

كلما زاد ارتفاع الهرم، كان [illegible] ضخم لإحضار المواد [illegible] إلى مستويات أعلى.

وقسم كل هرم إلى ثلاث غرف [illegible] بممرات.

وهكذا اعتقد المصريون القدماء أنهم قد حموا [illegible] [illegible]

ولكن [illegible] هذا الاعتقاد خاطئ [illegible] [illegible]

ميني
إجازة صيفية
والت ديزني
الشمس تضايقني!

هكذا سيكون أفضل!

لا! إنه أسوأ!

من فضلك أيها الحارس! الشمس تضايقني!
حالاً!

ها هو الحل! بثلاثين درهماً فقط!
هه؟
النهاية

معكم كل خميس
مجلة
ميكي
ميكي
ميكي
أغرب المعلومات
أجمل المغامرات
أطرف المواقف

كن شجاعاً مع
حليب صافيو
صافيو
حليب صافيو طويل الأجل بالنكهات المتعددة هو المفضل لدى جميع الأطفال
ولأن صافيو يشاركهم المتعة والمرح والمغامرات ويفاجئهم بالهدايا
والمسابقات والألعاب، فإنّ صافيو الصديق المفضل لدى الأطفال.
دانون
DANONE
الصافي
AL SAFI

سبحان الله وبحمده سبحان الله العظيم

ARAB COMICS
عرب كوميكس
www.arabcomics.net